

Nok.

Nok.

Elverum

Ingen skal bli utsatt for seksuelle overgrep

Årsrapport
2023



Innhold

Tilbakeblikk på 2023 fra Nok. Norge	4
Tilbakeblikk på 2023 fra Nok. Elverum	6
Virksomhetens organisering	8
Formål og virkefelt	8
Lokaler og åpningstider	10
Nok. Norge	11
Elverum som vertskommune	11
Styrets sammensetning i 2023	12
Ansatte gjennom 2023	13
Brukermedvirkning	14
Senterets bidragskommuner	16
Bakgrunn - faglig og metodisk tilnærming	17
Traumebevisst tilnærming - traumebevisst omsorg - TBO.....	19
Traumesensitiv sansemodulasjon – TSM i psykisk helsearbeid	19
Internt fag- og kvalitetsutviklingsarbeid.....	21
Nok. Elverums tilbud i 2023.....	22
Samarbeid med andre instanser	28
Nok. Elverum og digitale og sosiale medier.....	30
Forebyggende arbeid/kursvirksomhet og undervisning.....	31
Undervisning og forebyggende arbeid i 2023	32
Kurs og kompetanseheving gjennom 2023	33
Nøkkeltall/ statistikk og veien videre	35
Regnskapsoppgjør for driftsåret 2023.....	36
Styrets økonomiske årsberetning.....	41
Rapport fra ekstern revisor.....	43
Serviceerklæring.....	47
Informasjon kontaktpersoner	50

Hilsen fra Nok. Norge. Året som har gått

Samarbeid og synlighet

For å styrke sentrene og samfunnets innsats mot seksuelle overgrep har Nok. Norge i 2023 arbeidet med samarbeid og synlighet.

Vi har blitt en del av Nasjonalt nettverk for seksuell og reproduktiv helse og rettigheter (SRHR-nettverket) og med i deres kjernegruppe. Nettverket organiserer aktører som jobber med seksuell helse. Vi har blitt medlem av Rådet for psykisk helse, en paraplyorganisasjon som blant annet jobber for bedre tilgjengelighet av hjelpetjenester og forebygging. I tillegg har vi blitt medlemmer av Rød Knapp-alliansen, som setter fokus på vold mot kvinner.

I mai 2023 fikk organisasjonen på plass en kommunikasjonsrådgiver i fulltidsstilling, noe som skal styrke arbeidet med synlighet ytterligere.

Politisk arbeid

Nok. Norge har publisert en bredere politisk plattform, som beskriver de sakene som vi mener må prioriteres for å sikre forebygging av overgrep, og styrke hjelpetilbudet.

Finansieringsordningen av sentrene har fortsatt vært en viktig sak for Nok. Norge i 2023, samtidig som vi har sett på nye måter å styrke sentrene på. Dette har vi blant annet gjort gjennom å foreslå støtteordninger for å opprette satellittkontor og utvikle den barnefaglige kompetansen. Innspillene ble gitt til statssekretær Fagervik i forbindelse med ny opptrappingsplan om vold og overgrep mot barn og unge og vold i nære relasjoner og sendt inn til voldtektsutvalget sitt arbeid med ny NOU.

Nok. har levert høringsinnspill til “NOU 22: 21. Strafferettslig vern av den seksuelle selvbestemmelsesretten — Forslag til reform av straffeloven kapittel 26” og regjeringens arbeid med melding til Stortinget om seksuell trakassering.

Nok. har vært en del av referansegruppen til det regjeringsoppnevnte Voldtektsutvalget. Utvalget sitt mandat er å styrke arbeidet for å forebygge og bekjempe voldtekt og bidra til at utsatte får et tilpasset og helhetlig tilbud om bistand og oppfølging. Det har vært avholdt tre møter med referansegruppen, og Nok. har i tillegg sendt inn tre høringsinnspill i prosessen.

Nyttige nettverk

Nok. Norge arrangerer årlig fire ledernetverk for sentrenes daglige ledere. Nettverket er en viktig arena for faglig utveksling og forankring av felles prosjekter.

I 2023 har ledernetverket hatt en rekke aktuelle problemstillinger oppe til diskusjon, blant annet samhandling med kommunene, sentrenes organisering for å sikre mer likeverdige tilbud og rammer for tilbudet til barn. Det har vært faglig påfyll av blant annet Hanne Siri Austgulen (RVTS Vest), Lars Roar Frøyland (Oslo Met) og Tone Bjørnson Aanderaa (Helsestasjon for kjønn og seksualitet – HKS). Vi har også begynt på arbeidet med en felles løsning for dokumentasjons-system for sentrene, etter modell fra Nok. Bergen.

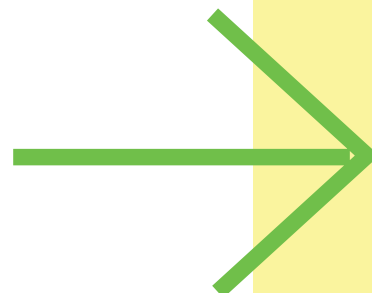
I juni dro ledernetverket til Epsom i England og besøkte Lucy Faithfull Foundation. Målet var å lære om hvordan de driver sitt forebyggende hjelpeprogram for overgripere. Sentrene kan møte problemstillingen hos brukere med dobbel erfaring, og det var lærerikt å få perspektiver fra noen som har jobbet med dette i mange år.

Faglig premissleverandør

Landskonferansen 2023 ble arrangert over tre dager i Stavanger sammen med Nok. Sør-Vest, og ble besøkt av 267 deltakere. Konferansen hadde tema Nyanser av seksuell helse, med et bredt spekter av foredragsholdere, som belyste blant annet forebygging, traumer og hjelper-rollen.

Oslo, 31.01.2024

Ingvild Hestad Torkelsen
Daglig leder, Nok. Norge



Et tilbakeblikk på 2023

2023 har i likhet med fjoråret vært et travelt år. På de siste to årene har vi økt med 74% i antall registrerte brukere ved senteret. Det er både gledelig og trist på samme tid. Gledelig at flere tar kontakt når de strever med livet etter overgrep, eller som pårørende til overgrepsutsatte. Trist fordi det betyr at seksuelle overgrep som samfunnsproblem på ingen måte er mindre, kanskje heller økende? For å få noen svar på det kan vi se til flere rapporter som kom i 2023. Om vi ser på den siste NKVTS rapporten som tok for seg omfanget av vold og overgrep i den voksne befolkningen, kan det gi oss en pekepinn. Rapporten viser at omfanget av voldtekt, partnervold og alvorlig fysisk vold er høyere i 2023 enn i 2014, spesielt for kvinner og yngre aldersgrupper. Så mange som 1 av 5 kvinner opplever voldtekt, og under halvparten hadde snakket med helsepersonell om sine erfaringer. Halvparten var under 18 år når de ble voldtatt. De utsatte rapporterte ofte at de hadde opplevd flere typer av vold og overgrep, og det var en klar sammenheng mellom å være utsatt i barndom og å oppleve vold og seksuelle overgrep som voksen. Dette er dessverre altfor gjenkjennelige sammenhenger for oss som jobber med tematikken – det er nettopp disse historiene som vi så ofte får gjenfortalt i samtaler.

Våren 2023 publiserte Menon Economics sin rapport om hva vold i nære relasjoner faktisk koster samfunnet på 1 år: 93 milliarder kr. Går man videre med tallene fra Menon rapporten og ser på den samfunnsøkonomiske kostnaden av vold og overgrep i en norsk kommune var tallet anslagsvis på 1,9 mrd kr. Målt i tapt arbeidsfortjeneste, sykmeldinger og redusert livskvalitet.

Rapportene over viser at omfanget av vold og overgrep i Norge er stort, at det gjelder alle kommuner i landet og at kostnadene knyttet til tematikken er høye. Så vet vi at det er krevende for en liten kommune å holde seg faglig oppdatert og ha god nok kompetanse på seksuelle overgrep i sitt hjelpeapparat. Dermed er en samarbeidsavtale med et Nok.senter en ubyråkratisk og kostnadseffektiv måte å tilby hjelp for det som rapportene viser er et stort problem for mange innbyggere. Bidragskommuner som har knyttet seg til Nok. Elverum som fagressurs vil oppleve at sentrets tilbud og spisskompetanse supplerer og avlaster kommunenes egne hjelpetjenester samt bidrar til tverrsektorielt kunnskapsløft. På denne måten er man også med å bidra til å forebygge nye seksuelle overgrep i sin kommune.

Vi er glade for å kunne bidra med gode intervensjoner og verktøy når utsatte og pårørende oppsøker oss. Likevel er det en kjensgjerning at med så stor pågang uten økte ressurser, blir det fort «fullt i herberget» for å bruke et litt forslitt uttrykk. Situasjonen er lik i hjelpeapparatet rundt oss. Det er mange som ber om hjelp, køene øker, noen bukker under i ventetiden, eller faller mellom stoler. Dette året har vi derfor sett oss nødt til å gjøre ytterligere tilpasninger, slik at vi fortsatt kan gi et tilbud av rett og god nok kvalitet til de menneskene som har et tilbud hos Nok. Elverum – og som kan nyttiggjøre seg det. Det blir viktigere enn noen gang å gi hjelp som faktisk hjelper og som utgjør en forskjell. Derav vår satsning inn mot mer sanser og kroppsorienterte metoder og verktøy for kroppslig reguleringsstøtte. Vi er overbevist om at overgrepserfaringer gir så kraftige kroppslige traumeavtrykk i menneskets fysiologi – og kan derfor ikke løses av samtaleoppfølging alene. For å komme noen vei med vår målgruppe, må vi koble oss på sanser, kropp og nervesystem – og si ja takk, begge deler. I tillegg endrer vi ordbruken om hva det er vi tar sikte på å få til mens brukere er hos oss. Fremfor å bruke diffuse ord som støtte/bearbeiding/hjelp liker vi heller å si at vi skal hjelpe brukere til bygge ut sin egen kapasitet til å tåle og forstå det

livet de har. Vi ønsker å gi brukerne kunnskap og konkrete verktøy til å regulere de smerteuttrykkene de har. Det man kan forstå og regulere ser vi at man automatisk blir litt mindre redd for. Dette er et veiskille for oss og vi opplever det som meningsfullt å gjøre en slik dreining av tilbudet.

Endringene vi har gjort innebærer også å ta innover oss arbeidsbelastning og typer av oppgaver for ansatte skal være både meningsfulle og bærekraftige over tid og slik forebygge sykemeldinger. Vi vil derfor i året som kommer fortsette å utvikle det sansemessige og kroppsorienterte tilbudet vårt på flere nivåer. Vi ønsker at dette skal gjennomsyre tilbudet og gå som en rød tråd gjennom alt vi gjør, i veiledning, med ansatte, brukere, i grupper, samtaler, kurs og undervisning.

NØKKELTALL

HVILKET ÅR?	2021	2022	2023
TOTALT ANTALL HENVENDELSER	1351	1624	1845
BRUKERBESØK	1134	1119	1549
SAMTALER PÅ SENTERET	700	880	1250

Vi vil takke:

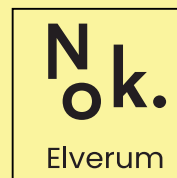
Vi vil få takke våre åtte samarbeidskommuner, Helse Sør Øst, Innlandet Fylkeskommune og Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet for støtte for driftsåret 2023. Takk til styret og vertskommunens kontaktperson og til vår veileder/psykologspesialist Hege Briså Strætkvern for god veiledning rundt komplekse saker som utfordrer. Takk for godt samarbeid rundt traumebevisst yogagruppe til Anette Berger ved Modaka yogasenter. Hjertelig takk Charlotte Andersen ved sansesprofilen.dk for viktig sansesamarbeid og strålende opplegg på vår studietur. Takk til Marie Haulrik for lærerik REST – Restorativ hvile workshop i Århus. Takket være gavemidler fra Elverum sanitetsforening har vi fått mulighet til å dra på studietur til Fredericia og i tillegg få kjøpt inn hvile og reguleringsutstyr til vårt sansesamarbeidstilbud – tusen takk for disse viktige gavemidlene, de kommer utrolig godt med. Tusen takk til RVTS Øst (dere vet hvem dere er) for supert kurs-samarbeid i 2023 og for alltid velvillig bistand dersom vi trenger å drøfte saker som vi bistår våre bidragskommuner med, det er gull verdt.

En varm takk til de engasjerte ansatte for sin alltid helhjertede innsats, sin raushet og varme, store faglighet og vilje til å vise fleksibilitet og samarbeid. Som leder er jeg så imponert over jobben dere gjør og så glad for det vi sammen skaper. I 2023 hadde vi også praksisstudent for første gang – og det var rørende å bevitne hvor godt studenten vår ble tatt imot, løftet og veiledet av hele ansattgruppen som en slags felles pustende organisme av trygget og velvilje. Takk til alle som benytter seg av senterets tilbud og som legger ned en enorm innsats og et stort stykke vågemot for å få til små og store endringer i livet. Vi vet at det koster og har stor respekt for at endringsreisen ser ulik ut hos alle, og at det tar den tiden det tar.

Elverum 08.02.2024
Heidi Dalby Moe,
Daglig leder Nok. Elverum

VIRKSOMHETENS ORGANISERING

Nok. Elverum er registrert som lag/forening, vi er et lokallag av Nasjonalforeningen for Folkehelsen og medlem av Nok. Norge og kompetanseklubben Helse INN – «Samskaping for bedre helse.» Styret er senterets øverste organ og har arbeidsgiveransvar for daglig leder. Det skal være en representant fra de ansatte i styret, samt at en plass er forbeholdt en representant oppnevnt av vertskommunen. Styremedlemmer velges for en periode på 2 år av gangen, men kan stille til gjenvalg for neste periode. Styreleder velges for 1 år av gangen og kan sitte over 4 perioder. Det er ikke krav om vararepresentanter. Daglig leder er styrets sekretær. To representanter fra bidragskommunene, daglig leder og en medarbeider utgjør valgkomiteen. Styremedlemmer mottar honorar på 500 kr pr styremøte, styreleder mottar 10.000 i en engangssum.



Formål og virkefelt:

Nok. Elverum er et ressurscenter mot seksuelle overgrep. Vi er et hjelpetilbud uten krav om henvisning og innehar spisskompetanse innen fagområdet seksuelle overgrep, incest, seksuelle krenkelser og traumereaksjoner. Senteret gir et direkte tilbud til personer av alle kjønn over 16 år som er eller har vært utsatt for seksuelle overgrep, herunder også voldtekt og/eller incest og andre seksuelle krenkelser, enten fysisk eller digitalt. Vi har eget tilbud til de som står nær en overgrepsutsatt og er pårørende/nærstående. Vi utreder og behandler ikke, men kartlegger i noe grad og utgjør slik et viktig supplement til øvrig hjelpeapparat og vi samarbeider tett med disse. Vi har som mål å bidra til at utsatte og pårørende bygger ut og øker sin kapasitet og selvforståelse for å tåle, forstå og regulere egne følelser og reaksjoner. Vi kan gi gode bidrag til å istandsette brukere for sin videre behandlingsreise i spesialisthelsetjenesten, der hvor det er aktuelt. Nok. Elverum har som formål å tilrettelegge for, og gi hjelp til selvhjelp for mennesker som har vært utsatt for incest/seksuelle overgrep og deres pårørende. Nok. Elverum skal samarbeide med det offentlige hjelpeapparatet og andre aktører som arbeider med overgrepssproblematikk. Nok. Elverum er partipolitisk og livssynsneutrale og skal ikke være tilknyttet bestemte organisasjoner, partier eller trossamfunn. Nok. Elverum er LHBTQ vennlig senter og ønsker å gi alle som kontakter senteret et godt tilbud, uansett alder, kjønn, bakgrunn, livssyn eller bosted.



Lokaler og åpningstider

Senteret holder åpent alle hverdager fra 08.00-15.30. Det er åpent for henvendelser fra brukere og samarbeidsinstanser fra 09.00-15.00 hele uken. De ansatte har arbeidstid fra 08.00 til 15.30. Lokalene ligger i 3. etasje, men har tilgang til romslig heis, tilrettelagt for personer med bevegelseshemming. Vi kan kontaktes pr e-post og telefon hver dag mellom 08.00 og 15.30. Nok. Elverum holder til sentralt i Storgata 10 i Elverum, 3. etasje. Gjennom året har vi i fått tilgang til å leie et ekstra rom i 2. etasje hvor sansegruppene og kurs holdes.

Senteret har heis som kan romme personer med funksjonsnedsettelse/ rullestol o.l. Lokalene består av 3 samtalerom/kontor, 1 kontor, 1 møterom, stue med kjøkkenkrok, samt gang, toalett og lager. Beliggenheten er midt i sentrum med kort vei til offentlig kommunikasjon.



Samarbeidspartnere i daglig drift:

I det daglige samarbeider vi med Elverum Regnskapsservice, Sandberg Revisjon – (nå Flyt), Bardus design, Smart IT og Rydje Renhold. Senteret har sin avtale om bedriftshelsetjeneste hos FALCK HMS/BHT. I 2022-2023 har vi hatt jevnlig saks-/fagveiledning fra psykologspesialist Hege Briså Strætkvern. Vi samarbeider også tett med Modaka yogasenter om den traumebevisste yogagruppen. Nok. Elverum drives ellers som en partipolitisk og religiøs uavhengig organisasjon og arbeider etter Nok. Norges etiske retningslinjer og felles faglige plattform. Trykksaker er levert av Kilde/Flisa trykkeri.

Nok. Norge – Nok. sentrenes paraplyorganisasjon

Nok. Elverum er medlem av Nok. Norge sammen med de andre Nok.sentrene i landet. Nok. Norge jobber for at personer som har vært utsatt for seksuelle overgrep og deres pårørende skal få et likeverdig tilbud uansett hvem de er og hvor de bor. Nok. Norge bidrar til å utvikle senterene til enda bedre organisasjoner ut fra brukernes behov, fag, ny forskning og øvrige samfunnsforhold. Daglig leder er Ingvild Hestad Torkelsen. Hun jobber for å fremme medlemmenes interesser og være et bindeledd opp mot offentlige styringsmakter. Nok. Norge legger til rette for fagutvikling og samarbeid på tvers av senterene. Daglig leder ved Nok. Elverum har deltatt på ledersamlingene gjennom 2023 og på møter i regi av Nok. Norge. Både fysiske og digitale møter.

Elverum som vertskommune



Elverum kommune er Nok. Elverum sin vertskommune og har slik sett et særlig ansvar for senterets drift. Vertskommunen er representert ved leder for sektor Helse, Aino Kristiansen og enhetsleder og rådgiver Inger Johanne Sorkmoen.

Senternes vertskommuner har via Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet fått et ansvar for å bidra til senterene i spesielt krevende og vanskelige saker. Det er også vertskommunen som står som søker, og hjelper til med rapportering på statstilskudd fra Buf.dir. Foruten møter om søknad og rapportering, avholdes det faste samarbeidsmøter. Vertskommunen er også behjelpelig når det kommer til lån av kommunes lokaler til å arrangere større møter eller kurs og dette er noe vi svært takknemlige for.

Styrets sammensetning i 2023

Styreleder: Erik Larsen. Kommunikasjonsrådgiver

Nestleder: Unni Hågensen. SLT koordinator Elverum kommune

Styremedlem: Jan Bjerktun. SLT koordinator Våler/Solør regionen

Styremedlem: Ola Løland. Allmennlege v/ Falck Helse

Brukerrepresentant: Gry - (Gikk av på årsmøte februar 2023)

Ansattrepresentant: Tove Jansrud. Faglig veileder Nok. Elverum

Daglig leder Heidi Dalby Moe er sekretær for styret. Regnskapsfører Øyvind Kolgrov fra Elverum regnskap er med på hvert styremøte, men uten stemmerett.

Styreleder får 10 000 kr i en engangssum og styremedlemmer får 500 kr pr styremøte.

Styrets aktiviteter i 2023

Det har vært avholdt 5 styremøter i 2023, pluss årsmøte i februar. Noen styremøter er holdt heldigitalt og noen fysisk og andre ved en blanding av digitalt og fysisk oppmøte – slik er nok den nye normalen. Styret har gjennom året blitt oppdatert i forhold til økonomisk status, generell drift på senteret, faglig utvikling og veivalg og utfordringer og gjennom dette fått kunnskap om senterets aktiviteter, utfordringer og drift. Styremedlemmene får i forkant av hvert møte tilsendt egen aktivitetsrapport for hver periode, utarbeidet av daglig leder. Slik blir styret gjennom året grundig orientert om smått og stort som skjer ved senteret.



Ansatte gjennom 2023



Daglig leder: Heidi Dalby Moe

Heidi har sin grunnutdanning som sosionom med videreutdanning i traumeforståelse, pluss utdanning som helse og sosialfaglærer og lederutdanning fra Høgskolen Innlandet. Motiverende Intervju (MI), samt 2 moduler AIM- kursing «Barn med skadelig seksuell atferd». Har også gjennomført SMART Moves. Heidi har arbeidet ved senteret siden 2009 og tiltrådte som fast leder fra 2015. I tillegg til daglig drift og administrasjon/ledelse/personaloppfølging tar hun undervisnings og veiledningsoppdrag og bistår i spesielt krevende saker.



Faglig veileder: Tove Jansrud

Tove har vært ansatt siden 2009. Har en master i kriminologi v/UIO samt flere videreutdanninger innen traumeforståelse, samt videreutdanning i psykisk helsearbeid, 3 moduler i AIM- kursing «Barn med skadelig seksuell atferd» samt EMDR trinn 1 og IRRT. Tove jobber som primærkontakt for brukere og er medansvarlig for det miljøterapeutiske tilbudet ved senteret, leder selvhjelpsgrupper. Hun er fast veileder for Konfliktrådets Ungdomskoordinatorer og har hovedansvar for statistikkføringen på senteret.



Faglig veileder: Anette Sveen

Anette jobber som faglig veileder. Anette har bakgrunn som barne- og ungdomsarbeider med vernepleier som grunnutdanning og har lang erfaring i å jobbe med mennesker med alvorlig traumelidelser på døgnavdeling. Hun har flere kurs og videreutdanninger innen traumeforståelse, sexologi og psykisk helse, samt 3 moduler i AIM-kursing «Barn med skadelig seksuell atferd». Ble i 2018 ferdig med sin videreutdanning innen traumer og dissosiasjon på Modum bad og har også EMDR trinn 1+2 og IRRT. Er også sertifisert i behandling av komplisert sorg. Anette har ansvaret for det traumebevisste yogatilbudet sammen med Modaka yogasenter.



Faglig veileder og barnefaglig ansatt: Sara Greger

Sara er utdannet førskolelærer med ulike videreutdanninger, og jobber 40% deltid som faglig veileder på Nok Elverum. Hun har jobbet med mennesker i alle aldre, i alle livets faser og med sine historier hele yrkeslivet. Har jobbet for det meste i barnehage, men har også erfaring fra arbeid i forskjellige institusjoner. Sara har fordypet seg i hjernens utvikling, tidlige traumer, sanseprosesseringsvansker og sansemotorisk regulering innen traumefeltet, for eksempel v/SMART Moves. Saras egen Facebookside «SanseSmart» er et resultat av denne kunnskapen som vi er glade for å kunne benytte oss av som en del av tilbudet vårt. Sara har utviklet sanse og reguleringsgruppe-konseptet og har vært gruppeleder og instruktør for gruppene i 2023. Siste halvdel av 2023 har Sara startet opp med sin videreutdanning i Sensorimotorisk psykoterapi hos RVTS.

**Pårørendeansvarlig /faglig veileder.**

Heidi Cicilie jobber i 80% stilling som pårørendeansvarlig og faglig veileder. Hun har lang fartstid som lærer i grunnskolen og utdannet som spesialpedagog og sosialpedagog. Har også jobbet i barneverntjeneste både som saksbehandler og som miljøterapeut ved institusjoner for vanskeligstilte ungdommer. Gjennom pårørende-satsningen som Heidi Cicilie har stått for- har vi som senter for alvor fått øynene opp hvor viktig det er å inkludere menneskene som står rundt og er nært overgrepsutsatte. Gjennom denne satsningen synes vi at kvaliteten på hele tilbudet har økt.

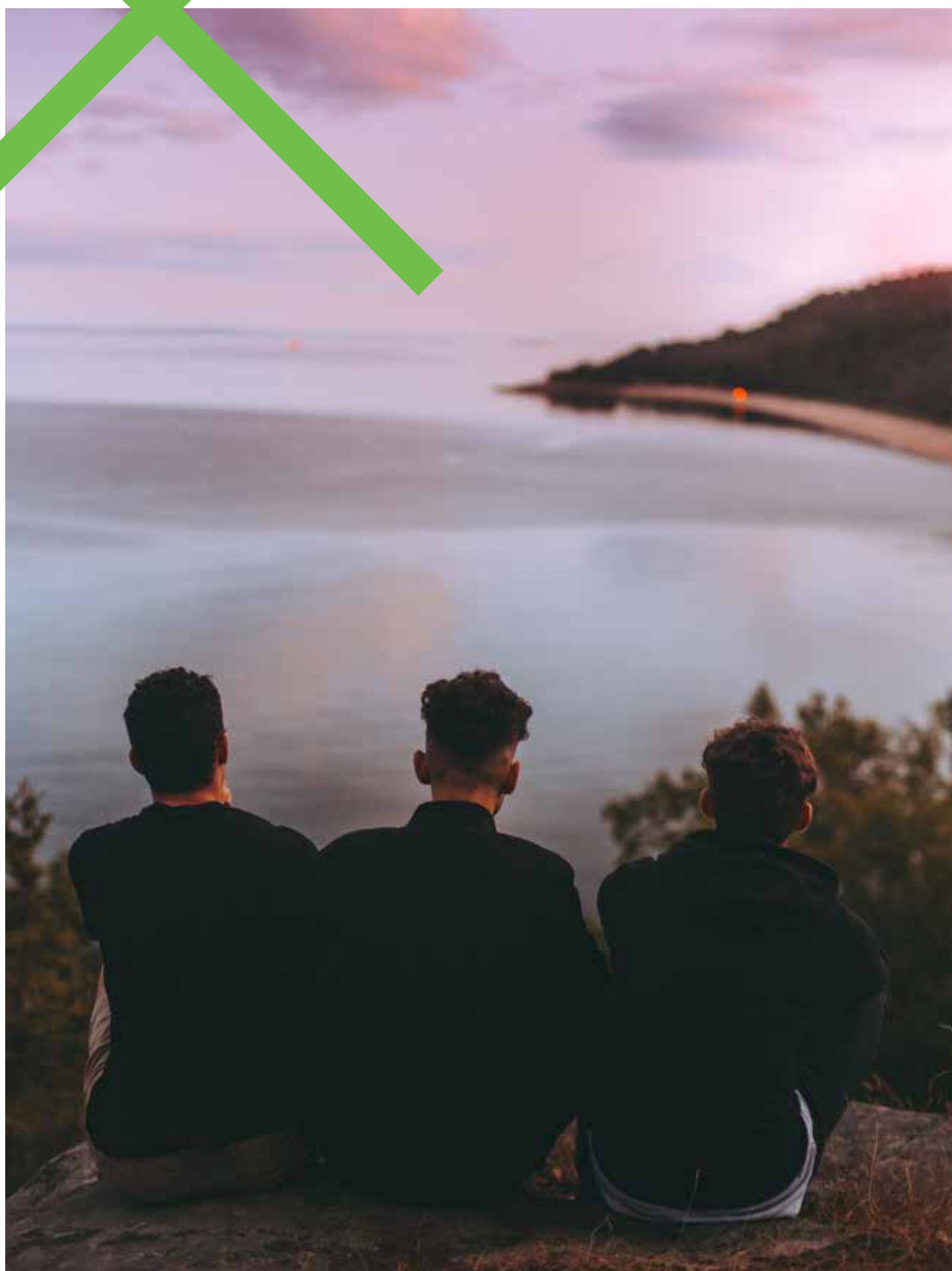
**Faglig veileder – Tilkallingsvikar. Anna Strålin**

Anna Strålin er tilkallingsvikar. Hun har bakgrunn som sosionom og psykiatrisk hjelpepleier. Anna har erfaring fra arbeid på sykehus og arbeid med barn, personer med psykisk utviklingshemming og med eldre.

Brukermedvirkning

Senterets brukerrepresentant har i flere år vært Gry. Hun har både vært brukerrepresentant i styret og inne på huset. Hun har hatt egen oppslagstavle i gangen med info fra brukerrepresentant pluss at en hylle i fellesrommet hvor brukere kan gi beskjeder. Hun har hatt egen e-postadresse hvor andre brukere kan nå henne og ta opp saker. På årsmøte i februar gikk Gry av og vi er takknemlige for alt hun har bidratt med til senteret over en årrekke. Årsmøte endret vedtektene til at brukerrepresentant i styret ikke lenger er et krav, men at dersom styret trenger brukerstemmen for å ta gode avgjørelser i en sak som direkte berører brukergruppen kan en bruker inviteres og ha talerett om saken i det behandlende styremøte. I tillegg har vi egne rutiner for varsling om kritikkverdige forhold. Dette blir det opplyst om i innkomstfasen som ny bruker av tilbudet.

I og med vi benytter KOR/FIT som verktøy i samtaler ønsker vi å skape en tilbakemeldingskultur og at brukerne derigjennom får direkte mulighet til å påvirke og ha innflytelse på utformingen av sitt eget hjelpetilbud. På systemnivå har vi til nå praktisert brukermedvirkning ved at en brukerrepresentant kan delta i styret og har uttalerett og stemmerett. Ved et forløp hos oss er det lagt inn at man skal ta jevnlig evalueringer og stoppe opp underveis. Vi har også egne rutiner og skjemaer for både midtveisevaluering og avslutning samtalen med påfølgende skriftlig evaluering av sitt forløp.



Senterets bidragskommuner:

Nok. Elverum har åtte bidragskommuner og er glad for at det samarbeidet vi i fellesskap har utviklet. I 2023 har kommune over gitt sine driftstilskudd til senteret ved 10 kr pr innbygger. Ved at disse kommunene deltar på spleiselaget gir de innbyggere tilgang til ettertraktet spisskompetanse innenfor et krevende fagområde som er i stadig endring. En krone i driftstilskudd fra deres kommune utløser fire kroner i statlig tilskudd. For kommunen er avtale med Nok. Elverum en ubyråkratisk og kostnadseffektiv måte å tilby hjelp for det som vi vet er et stort problem for mange av innbyggerne. Dette sikrer et bedre tilbud til utsatte, og bedre bistand til kommunes hjelpeapparat enn den enkelte kommunen kan gi alene.



Elverum (vertskommune)



Trysil



Våler



Engerdal



Grue



Åmot



Åsnes



Nord Odal

Vi er også et tilbud til hjelperne i kommunene og kan bistå med råd og veiledning og være en fagressurs for de kommunale tjenestene. Vi holder jevnlig kompetansehevende og etter-spurte kurs, med da et visst antall gratisplasser forbeholdt bidragskommuners ansatte. Som et eksempel fra 2023 kunne vi gi alle bidragskommunene et tverrsektorielt felles faglig løft rundt avdekking og håndtering av seksuelle overgrep og skadelig seksuell atferd bland barn og unge. Slik har vi over flere år gitt noe helt konkret tilbake til bidragskommunene våre ved å istandsette tjenestene rundt oss i forhold til overgrepstematikk.

Det blir avholdt 1 dialogmøte med senteret og kommunene hvert år. Vi har pleid å ha møtet på høsten i oktober i kommunestyresalen i Elverum rådhus. I 2023 tok vi en vri og kjørte individuelle dialogmøter med nyvalgt politisk ledelse i hver kommune som takket ja til det.

Vi har flere brukere fra kommuner rundt oss som ikke er bidragskommuner. Dette gjelder for eksempel Tynset, Alvdal, Stor-Elvdal og Follidal, Rendalen og Os. Vi har flere bruker fra disse kommunene, og et ønske om at disse kommunene betaler for seg i spleiselaget.

Øvrige økonomiske bidragsytere

Av offentlige bidragsytere er det Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet, Helse Sør Øst og Innlandet fylkeskommune som gir bidrag til senteret. Regionale offentlige økonomiske tildelinger dekker 20% av senterets driftsmidler. Disse utløser inntil 80% statlige midler hos Barne- ungdoms- og familiedirektoratet, som er senterens fag- og forvaltningsdirektorat.



Bakgrunn – faglig og metodisk tilnærming

Senteret har eksistert siden 1996 og ble i utgangspunktet opprettet som et lokallag under Nasjonalforeningen for folkehelsen. Vi er fortsatt medlem av denne folkehelseorganisasjonen, da vi i likhet med WHO mener at det å ha vært utsatt for overgrep er et av de største folkehelseproblemer som eksisterer. Siden vi endret navn/ profil til Nok. Elverum i 2020, er senteret i en prosess på jakt etter en mer egnet selskapsform enn lag/forening, men dette er nøysomt og krevende arbeid som tar tid.

Makt - trussel – mening rammeverket (MTM rammeverket- British Psychological Society) står sentralt som et rammeverk som forener og oppsummer vårt faglige ståsted og praksis. Rammeverket er utarbeidet av den britiske psykologforeningen og er oversatt til norsk i 2023. Vi har lenge ønsket oss et faglig rammeverk som utfordrer den tradisjonelle diagnostiske sykdomsmodellen inne psykisk helse og som tar hensyn til sosial kontekst. Vi ønsker MTM-rammeverket velkommen og stiller oss bak denne måten å tenke om folks livsutfordringer på. Dette meta-rammeverket utfordrer den biomedisinske sykdomsmodellen som har rådet innenfor synet på psykiske vansker. «*Det drar veksler på ulike modeller, praksiser og filosofiske tradisjoner, men er mer omfattende enn – og ikke avhengig av – noen spesiell teoretisk orientering. Snarere er siktemålet å påvirke og utvide eksisterende tilnærminger ved å gi et fundamentalt annerledes perspektiv på opprinnelsen til og erfaringer av emosjonell smerte og problematiske væremåter, og hvordan dette kommer til uttrykk.*» (MTM-rammeverk 2023. s. 13. Norsk utgave). MTM rammeverket har slik en mer fenomenologisk tilnærming til psykisk uhelse, og som gir traumeforståelsen og den traumebevisste omsorgens betydning i psykisk helsearbeid den plassen vi mener det bør ha. Rammeverket snur hovedspørsmålet i psykisk helsearbeid til at hjelpere må stille spørsmålet: *Hva har hendt deg?* Fremfor det mer tradisjonelle «*Hva feiler det deg?*» Rammeverket består av disse 4 innbyrdes relaterte aspekter:

«*Måten **MAKT** opererer på (biologisk eller kroppsliggjort, i form av tvang, juridisk, økonomisk eller materiell, ideologisk, sosial eller kulturell samt mellommenneskelig makt).*

*Den **TRUSSELEN** som negativ makt kan utgjøre for en person, for en gruppe og for samfunnet, spesielt med tanke på emosjonell smerte og hvordan denne medieres av biologien vår.*

*Den sentrale rollen til **MENING** (slik den skapes innenfor sosiale og kulturelle diskurser og er utløst av utviklede og tillærte kroppslige responser) når det gjelder å forme måten makt, trussel og våre trusselresponser utøves, oppleves og uttrykkes på.*

*Som en reaksjon på alt det ovenstående: De lærte og utviklede **TRUSSELRESPONSENE** som en person, en familie, en gruppe eller et samfunn kan måtte ta i bruk for å sikre emosjonell, fysisk, relasjonell og sosial overlevelse. Disse strekker seg fra hovedsakelig automatiske fysiologiske reaksjoner til språkbaserte eller bevisste handlinger og responser. (Makt-trussel-mening-rammeverket: En oversikt. Norsk ut. 2023 s. 15)*



Vi ønsker ellers å være et tilbud som stimulerer til vekst og utvikling i forhold til det å kunne forholde seg til sin egen overgrepshistorie. Nok. Elverum er et tilbud i tillegg til det offentlige, og senteret er et hjelpetilbud uten krav om henvisning. Vi har spisskompetanse på traumereaksjoner etter seksuelle overgrep og er fri for berøringsangst med tematikken. Det er kostnadsfritt å benytte seg av tilbudet, og man trenger ingen henvisning. Alle ansatte har taushetsplikt. Man kan ta direkte kontakt med senteret via e-post, telefon, SMS eller personlig oppmøte på døren. Senteret har et tilbud til unge og voksne over 16 år av alle kjønn og som har opplevd seksuelle overgrep, uavhengig av kjønn, etnisk opprinnelse eller seksuell orientering. I tillegg har vi også tilbud for pårørende som familie, partner, samboer, ektefelle, søsken, venner eller andre så støttespillere. Nok. Elverum driver ellers etter prinsippet om hjelp til selvhjelp.

Selvhjelpsforståelsen bygger på at det i alle mennesker finnes iboende ressurser som kan aktiveres og mobiliseres når det oppstår problemer. Selvhjelp er å gripe tak i din egen opplevelse av en situasjon, våge å stå i og utfordre det som smerter, for så å ta ansvar for egne følelser ved å gjøre noe med situasjonen”” (Selvhjelp Norge 2017)

Tilbudet ved sentrene bygger på den enkeltes erkjennelse av at en trenger hjelp, og brukerne skal tilbys verktøy for å nyttiggjøre seg selvhjelp. Vi kan også legge til rette for deltakelse i grupper basert på faglige vurderinger av gruppens sammensetning og brukernes individuelle behov. Faglig og metodisk er vi opptatt av å inkludere kropp og sansesystem inn i traumearbeidet. Vi ønsker å utvide brukernes kapasitet til å forstå og tåle sitt eget liv og sine reaksjoner. Det gjør vi via kroppslig reguleringsstøtte og psykoedukasjon om traumatisk stress. Vi ønsker være en viktig stopp på veien i den enkeltes behandlingsreise, og ikke endestasjonen. Vi ønsker å gi bidrag til og fylle på med forståelse og regulerings verktøy til den enkeltes reise gjennom behandlingssystemet



Traumebevisst tilnærming – traumebevisst omsorg – TBO

Komplekse traumer er betegnelsen for sammensatte, gjentatte og vedvarende traumatiske belastninger av mellommenneskelig karakter, hvor man er hjelpeløs og prisgitt en eller flere truende andre. Vi opplever at majoriteten av de som oppsøker senteret kommer med traumatisk bagasje, og mange har PTSD, av type enkel eller kompleks. De ansatte på Nok. Elverum har alle videreutdanninger og tilleggskompetanse innen traumeforståelse. I tillegg har flere ansatte gjennomført kompetansehevingsprogrammet om relasjonstraumer via RVTS Øst. Til sammen opplever vi at dette har gitt oss viktige verktøy og forståelsesrammer slik at vi kan møte og ivareta brukergruppen på en god og forsvarlig måte.

Mye av arbeidet som gjøres på senteret vårt er derfor stabiliseringsarbeid og et forsøk på å gjenopprette trygghet og tillit til mennesker og til verden. Det overordnede rammeverket er å arbeide etter grunnpilarene og prinsippene i traumebevisst omsorg som er: **Relasjon, tid og trygghet.**

Traumesensitiv sansemodulasjon – (TSM) i psykisk helsearbeid

For et par år siden kom vi i kontakt med Charlotte Andersen fra Sanseprofilen.dk. Hun er forskningsergoterapeut ved sanseprofilen.dk. Hun kom til oss og vi fikk ta hennes sertifiseringskurs i sanseprofilering av voksne. Dette er nyttig kompetanse som ikke på systematisk vis finnes eller benyttes i norsk voksenpsykiatri, men som forhåpentligvis er på god vei inn. Det virker iallfall som at flere og flere fagmiljøer blir mer og mer opptatt av dette. For utdypelse viser vi til våre nettsider om traumesensitiv sansemodulasjon. Charlotte Andersen kan vise til flere spennende forskningsprosjekter – deriblant en spennende studie som viser hvordan bruk av sansestimulering i voksenpsykiatrien/døgnbehandling samlet reduserte bruken av tvang (både tvangsfiksering og tvangsmedisinering) med over 42%. Dere kan lese mer om dette på våre hjemmesider.

Sanse- og reguleringsgruppe og det traumesensitive yogatilbudet hos oss er begg eksempler på hvordan vi tar kunnskap om hvordan traumatisk stress påvirker mennesker på alvor. Vi bruker også kroppslig reguleringsstøtte hyppig inn i individuelle samtalene. Flere og flere brukere gjør seg skjellsettende erfaringer med tilstedeværelse og ny tåleevne ved riktig bruk av å for eksempel vektteppe, vektvest, stressball, fotbrett og ulike baller med tyngde. Ved rett bruk kan mange oppleve å få kontakt med pust og tilstedeværelse, et slags «anker i nåtid».



**KOR/ FIT. Klient-resultatstyrt praksis /
Feedback informerte tjenester**

Klient- og resultatstyrt praksis (KOR/FIT) er et eksempel på systematisk brukermedvirkning på individnivå. Gjennom dette tilbakemeldingsverktøyet gis brukerne mulighet til å evaluere egne hjelpetilbud. Reell brukermedvirkning på individnivå forutsetter at fagpersoner har respekt for brukernes valg i forhold til egen sykdom/lidelse og livssituasjon. Det betyr ikke at helsepersonell hverken kan eller skal fraskrive seg ansvaret for å handle faglig forsvarlig, men det innebærer at man i større grad skal lytte til både brukeren og til pårørende, og ta dette med inn i arbeidsprosessen.

Tilnærmingen representerer en praksis der en innlemmer brukerens vurdering av prosessen og selve utbytte, og sikrer også systematiske brukerevalueringer og brukermedvirkning. Det gis her anledning til skreddersøm for hver enkelt bruker. Ansatte på senteret praktiserer en kultur hvor tilbakemeldinger fra brukerne etterspørres og gis betydning i utformingen av tilbudet.

Motiverende Intervju (MI):

Motiverende samtale forkortes ofte til MI etter det engelske navnet for metoden Motivational Interviewing. Dette er en målrettet og brukerorientert samtalemetode for å bygge opp brukerens motivasjon og engasjement for endring. Dette er en metodikk som passer inn med vårt prinsipp om hjelp til selvhjelp. Vi tar i bruk MI der hvor vi ser at det er naturlig, for eksempel ved at brukere har konkrete ønsker om endring i atferd eller vaner.





Internt fag- og kvalitetsutviklingsarbeid

Som det har blitt skrevet om i tidligere årsrapporter har vi brukt mye tid på å utforme et mer bærekraftig tilbud av god og rett kvalitet. Vi ønsker å gi et riktig tilbud ut ifra de rådende rammer og ressurser vi har tilgjengelig. På grunn av en veldig stor pågang våren 2023 ble vi igjen nødt til å ta ytterligere grep rundt inntak og forløp. Vi gjorde her en revidering og innstramming av de ulike forløpene vi kan tilby og et mer faseorientert tilbud, hvor vi også bruker mer tid på inntakst-fasen enn før. Vi bruker mer tid for å undersøke motivasjon, brukers egne mål og om hvorvidt brukeren er innenfor målgruppen som vi faktisk kan hjelpe, eller om de trenger ryddehjelp og bistand til å komme inn i spesialisthelsetjenesten.

Vi er opptatt av å ha realistiske mål for hva vi kan få til for den enkelte, og formidler tydelig til brukerne at det forventes en viss grad av egeninnsats og øvelse/hjemmearbeid ved bruk av vår tjeneste, spesielt i de mer kropporienterte gruppene. Vi har som mål å bidra til å øke den enkeltes kapasitet, og at vi er et viktig stopp på veien i den enkeltes behandlingsreise, men vi skal ikke være en endeholdeplass. Vi kan være et viktig stopp på veien for å istandsettes de som trenger videre behandling. Hos oss kan de lære om traumatisk stress og dets koblinger til kroppen. De kan få verktøy til mestring smerteuttrykk og mestring av hverdag og lære seg å balansere nervesystemet. Psykologspesialist Hege Briså Strætkvern har i 2023 bidratt med saksveiledning i spesielt komplekse saker innenfor traumefeltet.

NOK. Elverums tilbud i 2023

Sosiale tilbud/åpent hus

Ved åpent hus regner man alle besøk til senteret som ikke har noen avtalt tid for enesamtale eller andre planlagte aktiviteter. Tilbudet har aldersgrense 18 år og er beregnet for de som har gått til fast oppfølging over tid. Det er gjerne få og de samme brukere som benytter tilbudet. En fellesnevner er at disse ofte har liten eller ingen kontakt med familie og begrenset nettverk. Av om lag 130 brukere er det 3-4 brukere dette tilbudet er aktuelt for. Etter mange avlysninger og for få påmeldte har vi landet på å ha fast åpent hus den siste onsdagen i måneden, for de som ønsker et mer uorganisert sosialt tilbud. Når det er sagt så må vi ta konsekvensene av de begrensede midlene vi har – og prioritere ressurser til de tilbudene som er mest etterspurt og som vi ser er flere til hjelp. Vi kan ikke forsvare å bruke to ansatte til å holde åpent for uorganisert tilbud for de svært få – så lenge det er såpass stort trøkk på henvendelser og samtaleoppfølging og terapeutiske gruppetilbud som vi har pt. Det er også faglige hensyn grunn for dette, da vår brukergruppen har behov for mer avgrensede, målstyrte og strukturerte tilbud.

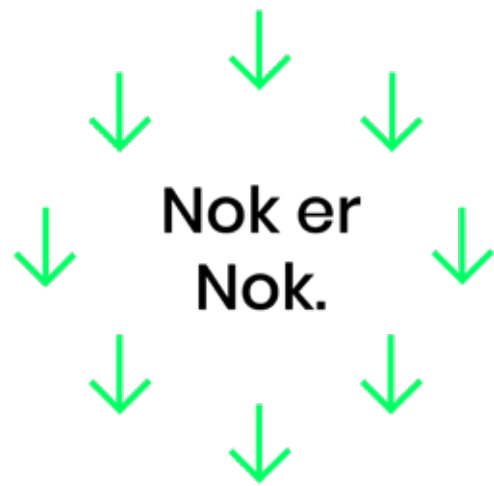
Bearbeidende samtaleoppfølging. Individuelt - par eller familiesamtaler

Dette er individuelle bearbeidende samtaler mellom bruker(e) og faglig veileder, som for det meste blir holdt inne på senteret. Vi tilbyr også parsamtaler eller familiesamtaler der det er et ønske. De kan også gjøres over telefon for de med særlig lang reisevei og i spesielle tilfeller kan de også holdes utenfor senteret i trygge og kjente omgivelser for brukeren.

Gruppetilbud: Traumebevisst yogagruppe og sanse-reguleringsgruppe Traumesensitiv yogagruppe og avspenning – et samarbeid med Modaka Yogasenter

Fokus på kroppslige reaksjoner og fungering, er viktige elementer i traumbearbeiding. Kroppens signaler og språk er vel så viktig, om ikke enda viktigere, enn kognitiv tilnærming. Ja takk begge deler, sier vi. For mennesker som har opplevd seksuelle overgrep kan det være utfordrende å ha kontakt med egen kropp og akseptere kroppen – og mange har ikke noe kontakt med egen kropp overhodet. Det er en vanlig strategi å stenge helt eller delvis av for kroppslige reaksjoner. Traumesensitiv yoga er derfor et fint verktøy for å koble sammen kropp og sinn, og utforske reaksjoner og skape rom for endring og aksept og falle til ro i seg selv. Yogagruppen har rullet og gått som vanlig hver torsdag hele året og er veldig populær. Dette tilbudet ble ikke nedstengt en eneste gang under hele pandemien, siden det også gjennomføres digitalt. Det er flere som benytter seg av yoga-gruppen enten ved å møte opp fysisk, eller online hjemme i stuen sin. Brukerne har ingen kostnader knyttet til dette og vi samarbeider med en sertifisert traumeyogainstruktør, Anette Berger ved Modaka yogasenter.





Sanse og reguleringsgruppe:

Hensikten her er å la brukerne bli godt kjent med sansesystemet sitt og lære enkle verktøy for hvordan man kan «skru ned volum» på fryktresponsen og regulere nervesystemet sitt og ta i bruk enkle verktøy i hverdagen for å roe ned eller aktivere sitt eget system. Etter traumatiske erfaringer er det for mange veldig hjelpsomt å øve på og ha tilgang til enkle verktøy som de kan få bruk for i hverdagen sin i situasjoner hvor de lett kan bli trigget. I denne gruppen er ikke lagt opp til erfaringsdeling, men å lære seg om sitt eget sansesystem og hvordan man kan hjelpe seg selv i situasjoner som utfordrer. Etter 4 gruppesamlinger blir det mulighet for å avtale individuelle timer med Sara. Vi har fått veldig gode tilbakemeldinger på dette tilbudet og må ha ventelister. Vi forsøker å få til 2 kursrekker i halvåret. Fra neste år utvider vi kursrekken til 5 samlinger og binder den tettere opp mot det traumesensitive yogatilbudet vårt. Deltakerne rapporterer her å få god sosial støtte av de andre grupped medlemmene, og man kan kjenne seg igjen i hverandres utfordringer. Men det er ikke lagt opp som en erfaringsdelingsgruppe, slik blir deltakelsen trygg nok, men likevel passe utfordrende.

Tilbud til pårørende - pårørendeprosjektet:

I 2021 trappet vi opp fokuset på støttespillere og nærstående rundt overgrepsutsatte og startet et pårørendeprojekt. Det har vært en suksess og er derfor videreført. Vi ansatte en pårørende-ansvarlig, spesialpedagog Heidi Cicilie Rønning. Vår erfaring er at det å ha en pårørendeansvarlig ved senteret løfter kvaliteten på hele tilbudet. Vi har fokus på å styrke pårørenderollen ved å ta samtaler rundt bekymring, stress og alt som kan tappe den pårørende for krefter. Vi ser ofte at det at ved at de pårørende kan legge fra seg bekymringer og vansker hos oss, står de sterkere og bedre rustet i sin rolle som pårørende. Vi har nå egne brosjyrer til pårørende til voldtekts-utsatte gir ut boken» NÆR» en mestringsbok for pårørende som PIO (Pårørendesenteret i Oslo) har gitt ut. Vi tilbyr pårørende grunnleggende kunnskap om traumebevisst omsorg og psykoedukasjon om hva som skjer i hjernen og kroppen under traumatisk stress. Slik kan de i sin tur bedre forstå utbrudd, uforståelig adferd og triggere og få bedre evner å regulere seg selv i møte med sine nærmeste. Ikke minst jobber vi mye med at de pårørende skal våge å ta mer plass og kjenne på egne grenser og lære seg om selv-ivaretagelse. Vi etablerer også kontakt med andre instanser der dette er nødvendig. Barn som pårørende mellom 16-18 år kan fremdeles benytte tilbudet, men da i samarbeid med andre instanser, og helst de foresatte, om det lar seg gjøre. Vi følger opp ulike nærstående – fordelt på samboere, ektefeller, søsken, partnere, foreldre/foresatte, eldre barn av utsatte, kjærester og venner. Ikke sjelden ser vi også at pårørende strever med egne erfaringer etter overgrep/krenkelser og over tid endrer de status fra pårørende til utsatt/bruker.



Tilbud til gutter og menn:

Nok Elverum har et eget tilbud til gutter og menn. I 2021 hadde vi en økning på over 60% av mannlige brukere. For 2023 ser vi at vi ligger på litt over 16% av andelen gutter og menn som benytter vårt tilbud. I vårt opplysningsarbeid prøver vi å rette et særlig søkelys på overgrep mot gutter og menn og informere om at vi også har et tilbud til menn. Vi har utarbeidet en egen brosjyre som henvender seg til gutter og menn.

Vi bruker aktivt nettressurs og kunnskap fra MHHRI og RVTS om overgrep i krig og konflikt – som gjelder en god andel overgrepsutsatte menn. Dette er en gruppe som vi får noen henvendelser fra – Ikke direkte, men via hjelpeinstanser eller boliger for mindreårige flyktninger som ser at de strever enormt. Vi ønsker å sette oss mer inn i denne problematikken og synes at håndboken og materialet utviklet av MHRI og RVTS er til veldig god hjelp for å bedre kunne forstå kompleksiteten og virkeligheten disse sårbare menneskene har stått i, og fortsatt står i når de har kommet til Norge.

Nok.

Elverum



Mann og
overgrepsutsatt?
Du er ikke alene.

Tilbud til barn og unge under 18 år:

Nok. Elverum kan ta imot personer under 18 år, men de må ha fylt 16. Personer som er over 16 kan bruke senteret alene, selv om vi helst foretrekker at det skjer i samarbeid med foresatte eller øvrig hjelpeapparat. Vi vil alltid først se om det finnes andre tjenester som barnet kan benytte seg av og som har dokumentasjonsplikt. Brukere under 18 år har ikke anledning til å benytte seg av senterets fellestilbud. Er man under 16 så kan vi i noen få tilfeller vurdere å gi et tilbud, men det er under forutsetning av at det skjer i et samarbeid med f.eks. BUP, barnevern, familieteam, helsesykepleier, foresatte eller andre i hjelpeapparatet som er koblet på. I disse sjeldne tilfellene vil vi uansett ha søkelys på å overføre saken raskt, og være behjelpelige med å sortere og få andre instanser til å komme på «rett spor». Vi tilbyr veiledning/være fagressurs til instanser som blir koblet på. I de få tilfellene hvor bruker er under 16 år har vi skriftlige rutiner som sikrer rettigheter juridisk og egen barnefaglig ansatt. I og med vi ikke journalfører på lik linje som offentlige hjelpetjenester, blir ikke hjelpen dokumentert og vi kan heller ikke utløse annen hjelp eller diagnostisere. En annen spørsmålstilling er i hvilken grad et barn under 16 år er i stand til å nyttiggjøre seg et selvhjelpstilbud i saker som omfatter seksuelle overgrep.

Dersom myndighetene åpner opp for og ønsker at Nok. senterne skal ta inn og gi barn under 18 år et direkte tilbud, etterlyser vi helt andre rammer, ressurser og retningslinjer for at det skal bli et godt nok og trygt nok tilbud. Når det er sagt, så ser vi et skrikende behov for og et hull i hjelpeapparatet for en tjeneste for psykosial oppfølging av barn/unge under 18 år – og deres familier/foresatte i tiden under og etter at seksuelle overgrep er avdekket. Fokuset er mye på avhør og å reise tiltale eller ikke. Men når det er avgjort og saken er henlagt eller det er dom, er det svært få eller ingen tilbud i vårt område til denne målgruppen.

Tilbud til psykisk utviklingshemmede og funksjonshemmede:

Nok. Elverum har et tilbud til psykisk utviklingshemmede personer og mennesker med funksjonshemming – både synlig og usynlig funksjonshemming. I løpet av 2023 har vi hatt noen få brukere med både psykisk utviklingshemming og funksjonsnedsettelse av ulik art. Fra forskning og undersøkelser vet vi at mennesker med psykisk eller fysisk funksjonshemming og atferdsforstyrrelser er minst 2 til 3 ganger mer i risiko for å bli utsatt for seksuelle overgrep enn funksjonsfriske. Vi er glade for at denne gruppen av brukere også finner frem til vårt tilbud, dog vi gjerne skulle sett at det var flere. Vi er usikre på hvilken



grad lokale hjelpetjenester og boliger er klar over at landets Nok. Sentere gir direkte tilbud til denne målgruppen. Vi opplever at oppfølgingen av denne gruppen stiller andre krav til oss ansatte og det stilles krav til den fysiske utforming av lokalene og økt plassbehov og ytterligere universell utforming. Vi har en vei å gå her, da våre lokaler er utformet som en leilighet og ligger i tredje etasje, med heis riktignok. Å gjøre våre lokaler universelt utformet på alle nivå ville blitt svært kostnadskrevende for vårt budsjett. Vi samarbeider med NAV rundt bruk av bildetolk/tegnspråktolk ved behov. På sikt ønsker vi at ansatte deltar på VIP kurs.

Tilbud til brukere med minoritetsbakgrunn:

Vi har gjort oss noen erfaringer med å følge opp brukere med minoritetsbakgrunn og som har vært flyktninger og som bor i mottak, som antagelig skal returneres eller hvor fremtiden er svært uviss. Disse har vært utsatt for massive påkjenninger og traumer både før, under og etter flukt. Det er krevende arbeid på alle måter, ikke minst i forhold til disse menneskenes mangel på rettigheter og god helsehjelp. Vår erfaring er at dersom man bruker nok tid på å opprette en god relasjon og utnytter de mulighetene en god relasjon gir og får til godt samarbeid med en tolk, så bærer det som regel godt av sted, selv om det likevel kan by på utfordringer med tanke på språk og kultur. Vi lener oss ellers på innholdet i veilederen til Nok. Norge innen denne målgruppen i felles faglig plattform. I 2023 har vi videreført vårt fokus på å lære mer om gutter og menn utsatt for overgrep under flukt fra krig og konflikt, da vi får noen henvendelser fra hjelpeapparatet og læringscentre rundt akkurat dette. Brukere med minoritetsbakgrunn utgjør et fåtall av brukergruppen vår, og vi tenker at årsakene til det er svært sammensatte. Fra 2023 har vi fått tilgang til informasjonsbrosjyrer om senterets tilbud oversatt til samisk, dersom det er et behov for det.

Samarbeid med andre instanser

Nok. Elverum er opptatt av at vi skal gi et kvalitativt godt tilbud til både utsatte og pårørende- og å ha kvalitet i alle ledd. Vi er videre også opptatt av at hjelpeapparatet i kommunene våre rundt oss og øvrige tjenester vi samarbeider med, skal oppleve senteret som en ressurs og en seriøs samarbeidsaktør. Tilbudene våre skal først og fremst være et supplement og et tillegg til øvrig hjelpeapparat. Det faglige tilbudet ved Nok. Elverum skal gi hjelp til selvhjelp som et alternativ til, eller et tillegg til, behandling i det offentlige hjelpeapparatet. I løpet av de siste årene ser vi tydelig at det er flere i hjelpeapparatet som aktivt bruker oss og henviser til oss. Vi ser og at det er flere som tar kontakt etter å ha fått anbefalt senteret fra ulike instanser i sin kommune. De aller fleste som er brukere av senteret har vært, er, eller har kontakt med det offentlige hjelpeapparatet i en eller annen form. For at hver enkelt bruker skal få en så helhetlig oppfølging som mulig er det viktig at vi samarbeider med de instansene rundt den enkelte, selvsagt kun etter samtykke med den aktuelle brukeren.

Samarbeid med sykehuset innlandet om voldtekt-utsatte:

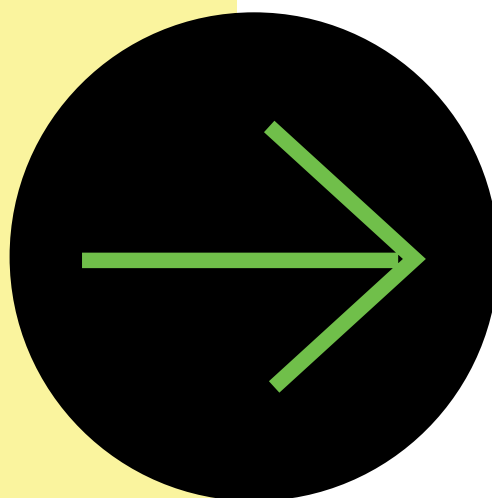
Vi har de siste årene utviklet et svært godt og formelt samarbeid med overgrepsmottaket på Elverum sykehus. Vi sitter i SO- ressursteamet som er en tverrfaglig ressursgruppe/ team. Den består av to representanter fra politiet, Hamar krisesenter, Nok. Hamar, Støttesenter for kriminalitetsutsatte, gynekolog, og to ansatte på overgrepsmottaket. I løpet av de siste årene har det skjedd endringer i denne gruppe på grunn av at politidistriktet er utvidet og favner hele Innlandet fylke, derav er to voldtektsmottak på sykehus, Elverum og Lillehammer. Politidistriktet har tatt over ledelsen av tverrfaglig ressursteam og det blir spennende å se på den nye organiseringen av gruppe og det videre samarbeidet. Det kan være at det åpnes opp for å lage to lokale samarbeidsteam for å sikre godt samarbeid i det videre. Det har vært avholdt et stormøte for dette tverrfaglige ressursteamet i 2023, og et nytt er planlagt i 2024.

I 2023 fikk Nok. Elverum henvist rett oppunder 30 voldtektssaker totalt fra overgrepsmottaket på sykehuset i Elverum. Antallet pleier å ligge et sted mellom 30-40 årlig. Vi er hovedsentralen som henviser saker videre til Nok. Hamar dersom den utsatte har bostedsadresse i den del av fylket.

I 2022 inngikk vi i et samarbeid med NKVTS – (Nasjonalt kompetansesenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging) om å inngå i den nasjonale TRUST-studien. Det blir spennende å se hva denne store studien vil gi av data om de utsattes opplevelse av den hjelpen de får etter å ha vært utsatt for en voldtekt. Samarbeidet er utvidet og hele studien er utvidet til å inkludere utsatte som ikke har oppsøkt voldtektsmottakene.

Instanser vi har samarbeidet med gjennom 2023:

Psykomotorisk fysioterapeut Ane Kveseth
Psykisk helsetjeneste ute i bidragskommunene våre
Sanseprofilen v/ Charlotte Andersen og SPI Consult Dk.
Forebyggende enhet Elverum kommune / helsestasjon
Overgrepsmottaket på sykehus Innlandet, avd. Elverum
Forsvaret
Elverum Folkehøgskole
Habiliteringsteamet Sykehuset Innlandet
Marie Haulrik hvilerum.dk
Korus vest
Nok. Hamar og Nok. Gjøvik
Nok. Norge
Øvrige Noksentre i landet via ledernettverket
RVTS Øst Regionalt ressurscenter om vold og traumatisk stress og selvmord
Støttesenteret for kriminalitetsutsatte, Innlandet politidistrikt
Modaka yogasenter
Politidistrikt Innlandet, -ved Elverums politikontakt
Hamar interkommunale krisesenter
Barneverntjenesten i Elverum Kommune
Helsestasjoner i bidragskommunene
Ulike fastlegekontorer i våre bidragskommuner
BUP poliklinikk Elverum- Hamar
DPS poliklinikk Elverum-Hamar
FACT Team Hamar og FACT team Sør Østerdal
Høgskolen Innlandet (kurssamarbeid og undervisning)
Kompetansekyngen Helse INN
SO ressurs team -Tverrfaglig ressursteam om voldtekt
NAV Elverum og Nav kontorer i våre bidragskommuner
SLT koordinator Våler/Solør distriktet
SLT koordinator Elverum kommune
NKVTS – i forbindelse med Trust studien
RVTS Øst
PROTAC
AMAJO



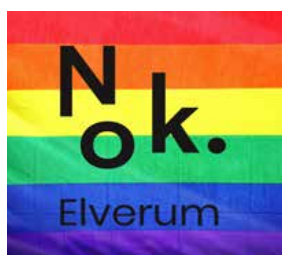
Ingen skal bli utsatt for seksuelle overgrep



Nok. Elverum på digitale og sosiale medier

Det er viktig at vårt tilbud til målgruppen og vårt nye navn blir godt kjent ute blant publikum og når ut til tjenestene, mulig nye brukere og samarbeidsinstanser. Vi jobber derfor med å være synlige på nett og sosiale medier, innenfor de rammene vi har.

Hjemmesiden vår fikk en mer moderne drakt i 2021 og er lett å finne frem i, samt at den er viktig i markedsføringen av senteret for å spre kunnskap om seksuelle overgrep og våre nasjonale og lokale tilbud. Det kan være en alternativ måte for brukere å søke informasjon på en informativ, anonym og trygg måte. Vi ser også at vi i større grad når frem til de litt yngre brukerne med den nye profilen vår. Nok Elverum er på Facebook. Siden har nå om lag 900 følgere og siden oppdateres daglig med smått og stort. Her deler vi videre info om egne aktiviteter og kurs, fagartikler, nyhetsoppslag, kronikker og innlegg om ny og relevant forskning innenfor traumeforskning, overgrep og psykisk helse. Her kan vi også informere om endringer i tilbudet og dersom vi arrangerer ulike kurs eller arrangementer. Vi har også egen Instagram profil. I 2023 har Nok. Elverum deltatt på alle felleskampanjer på sosiale medier i regi av Nok. Norge. Temaene på kampanjene har bl.a vært å spre bevissthet og oppmerksomhet rundt seksuelle overgrep mot menn og spre Nok. sentrenes budskap om Nullvisjonen i #nullovergrep#. Målsetting digitalt har også vært å gjøre Nok. Senternes nye navn og profil kjent, samt markere Pride og at Nok.sentrene har et tilbud til alle kjønn og for å vise at vi feirer mangfoldet. I løpet av året har senteret blitt skrevet om i lokale medier.



Forebyggende arbeid/kursvirksomhet og undervisning

Det utadrettede og forebyggende arbeidet utgjør en mindre del av driften ved Nok. Elverum, da det ikke skal gå på bekostning av brukerrelatert arbeid- jf. retningslinjer for tilskudd Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet. I og med vi har så stor pågang fra utsatte og pårørende, så må vi velge vekk noe. I og med forebygging og undervisning ikke defineres som kjernevirksomhet må vi si nei til henvendelser om undervisnings. Det er synd, men inntil vi får økte ressurser, er det ikke noe vi får gjort med det. Hovedprioriteten vår er å kunne gi direkte oppfølging til brukere.

Vi får likevel til ett og annet oppdrag innimellom og prioriterer da henvendelser fra våre bidragskommuner eller studieretninger på Høgskolenivå som skal ut å jobbe med barn og unge, for eksempel lærere, sykepleierutdanning og helsesykepleiere. Vi sier også ja til undervisningsoppdrag fra videreutdanning i psykososialt arbeid med barn og unge. Vi avholder også en god del samarbeids/informasjonsmøter med relevante aktører, foreninger og utøver slik fortsatt noe påvirkningsarbeid rettet inn mot publikum og lokale politikere.

Vår satsning innenfor forebygging og kompetanseheving i 2023 var en stor konferanse som vi arrangerte 14.mars på Helsehuset i Elverum. I samarbeid med RVST Øst fikk vi til en super og lærerik dag med fokus på avdekking og håndtering av seksuelle overgrep mot barn og SSA, belyst av samtaleverktøyet «Snakke med barn». Se ellers bilder for invitasjon og program. Det var rett oppunder 200 deltakere, hvor alle bidragskommuner var representert på alle kommunale relevante tjenester og ulike nivåer av tjenestene. Et skikkelig tverrsektorielt og felles faglig løft for alle bidragskommunene våre. Ansatte i våre bidragskommuner fikk gratis og/ eller sterkt rabatterte priser på konferansen.



HOLD AV DATOEN
Fagdag om seksuelle overgrep og problematisk og skadelig seksuell atferd hos barn/unge.
TIRSDAG 14. MARS 2023

Ingen skal bli utsatt for seksuelle overgrep

PRAKTISKE INFO:
 Helsehuset i Elverum, Kirkevegen 47.
 Dato: Tirsdag 14.03.
 Kurset starter kl 09.00 med registrering fra 08.30. Dagen avsluttes kl 15.30

PRIS:
 Pris for ansatte i bidragskommuner 200 kr
 Eksterne 600 kr

PÅMELDING:
 Detaljert program med påmeldingsinfo kommer i egen invitasjon.
 Hver bidragskommune vil få tildelt gratisplasser reservert for nøkkelpersoner i relevante stillinger/sektorer.

ANBEFALING:
 Nok, Elverum-Resursenter mot seksuelle overgrep, RVST Øst, Regionalt resursenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging

Spersmål? Kontakt post@nokelverum.no

Nok. Elverum RVST Øst



Undervisning og forebyggende arbeid i 2023:

- 17.01.23** **Undervisning om seksuelle overgrep og demonstrasjon av ulike samtale-verktøy i møte med seksuell skadelig atferd og mistanke om overgrep mot barn og unge.** For ansatte ved helsestasjonen i Elverum kommune
- 18.01.23** **Undervisning for elever på Solør VGS ambulansesfag om seksuelle overgrep og traumebevisst omsorg**
- 26.01.23** **Trysil legesenter.** Undervisning om seksuelle overgrep og traumatisk stress for alle fastlegene knyttet til dette legekantoret
- Undervisning /veiledning av Innlandet Konfliktråd sine 4 ungdomskoordinatorer.** 6 samlinger i løpet av året
- 14.03.23** **Stort kursarrangement for senterets bidragskommuner i samarbeid med RVTs Øst om seksuelle overgrep og skadelig seksuell atferd - belyst av verktøyet snakke med barn.** Helsehuset i Elverum. 200 deltakere fra hele regionen og representert ved alle relevante kommunale sektorer
- 13./14.09.23** **Undervisning for studenter på Høgskolen Innlandet.** Avgangsstudenter ved faglærer kroppsøving – 2 samlinger som dette
- 11.04.23** **Undervisning om Nok. Elverums tilbud og overgrepstematikk.** For ansatte på Elverum helsestasjon (Team 0-5 år og jordmødre og flykting-/helsesykepleiere)
- 03.03.23** **Undervisning om vold og overgrep for ansattgruppen ved bedriften Mjøsanker**
- 20.04.23** **Undervisning om vold og overgrep for helsesekretær-elever ved Elverum VGS**
- 12.05.23** **Paneldebatt-deltagelse om samtykkelov ved Amnesty Ung arrangement Elverum Vgs.**
- 17.08.23** **Heldagskurs for 80 SFO ansatte i Elverum kommune.** Temaet var avdekking og håndtering av vold og overgrep - belyst gjennom «Snakke med barn»-verktøyet.
- 22.11.23** **Undervisning om følelsesregulering/kroppslig reguleringsstøtte for K5** – DPS poliklinikk Elverum og de 5 samarbeidende kommuner i regionen, om psykisk helse

- 28.11.23 **Undervisning/ info om Nok senterets tilbud og debriefingstjeneste**
– for alle ansatte i forebyggende enhet Elverum kommune
- 07.12.23 **Undervisning for SO-sykepleiergruppen ved overgrepsmottaket**
Elverum sykehus

Kurs og kompetanseheving gjennom 2023:

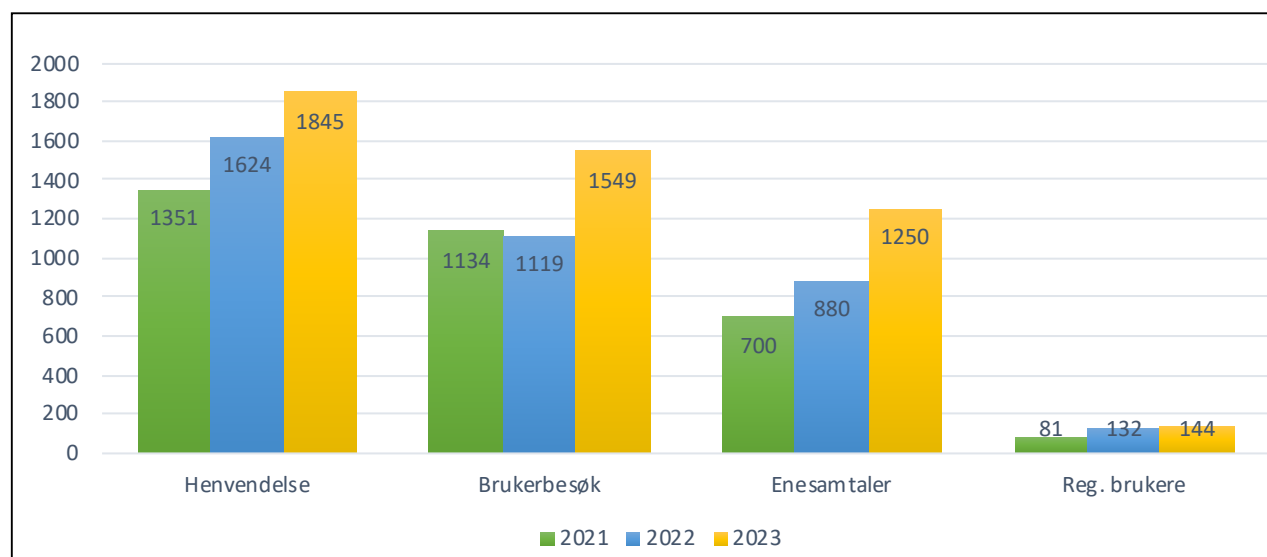
- 16/17.01.23 **Seminar om tjenestenes møte med utsatte for seksuell vold og overgrep, med et særlig blikk på seksualisert vold i krig og konflikt.**
I regi av Bufdir.
- 13/14.03.23 **To dagers webinar om belastningspsykologi.** I regi av Fagfokus
- 06.03 + 20.03.23 **Kursing og praktisk innføring av «TRE metoden- Trauma release exercises».** Kurset gikk over 2 ganger à 3 timer. I regi av TRE instruktør Kristin Fjeldstad v/Balansert helse.
- 20.04.23 **Workshop og veiledning med Charlotte Andersen fra sanseprofilen DK.**
- 04.05.23 **Gjennomgang av NKTVS sin rapport – omfangsundersøkelse av vold og overgrep i befolkningen.** I regi av NKVTS
- 04.05.23 **Emosjonelt arbeid som faktor i HMS arbeid.** I regi av Fagfokus
- 27.04.23 **Fagdag om psykisk helse på Terningen Nettverk**
I regi av kompetanseklubben Helseinn
- 12/13.06. 23 **To dagers webinar om mestring av stress, smerter og utmattelse.**
I regi av Fagfokus.
- 21/22.06.23 **To dagers kurs/webinar med Richard Loewenstein MD.**
I regi av Modum bad.
Tema er behandling av komplekse traumetilstander og dissosiativ identitetsslidelse, DID.
- 15.08.23 **Disc preferanseprofil - Teori og praksis - Heldagskurs og workshop**
for leder og ansatte. Ekstern fasilitering av Tom D Moe
- 04.-07.09. **REST metodikk. Restorativ sanseterapi / Charlotte Andersen.**
En videreføring av sanse-prosjektet/ SPI consult/sanseprofilen.dk

- 05.09.23** **Restorativ hvileterapi/workshop med Marie Haulrik v/hvilerum i Aarhus.**
- 06.09.23** **PROTAC temadag. Undervisning og demonstrasjon av sansestimulerende produkter. Foredrag av Sanne Toft Kristiansen om sin PhD om depresjon og søvn og bruk av kuledyne.**
- 28./29.9.23** **Fagsamling på Farris bad for støttesentre innunder RVTS region øst og sør.**
Konferanse var i regi av RVTS Øst og Sør, en fysisk samling for alle sentre i Sør og Øst sin region.
- 01.11.23** **Fagdag og messe for verdighet. *Usett og utsatt*.** Den norske kirke, Vake og Nok. Hamar
- 14.11.2023** **Lederkurs- «Refleksivt lederskap»** Åshild Mongstad V/Høgskolen Kristiania
- 10.11.23** **Konferanse om *stalking som fenomen- en form for vold*.**
I regi av likestillingsenteret KUN.
- 20.11.23** **Fagdag om selvmordsforebygging v/RVST Bente Birkeland**
– Et fagsamarbeid mellom Nok. Hamar, Nok. Gjøvik og Nok. Elverum
- 01.12.23** **Felles fagdag om spiseforstyrrelser v/Jardar Nes Bup Elverum/Hamar.**
Et fagsamarbeid mellom Nok. Hamar/Gjøvik/Elverum.

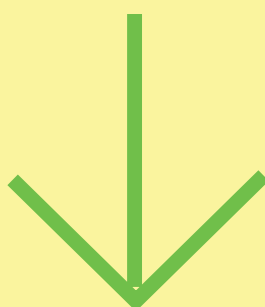


Nøkkeltall/statistikk

Antall brukere har siden 2021 hatt en svært høy økning på 74%. Vi har over 20% økning i totale henvendelser og 42% økning i antall samtaler fra fjoråret. Fortsatt er vi bare 4,3 årsverk totalt og verken kan, bør eller skal jobbe fortere enn det vi gjør nå. Da står vi i fare for å miste «gullet vårt» og bli en tjeneste som ikke har tid nok til den enkelte. I et hjelpeapparat preget av hastverk og rask gjennomstrømning vil vår brukergruppe ofte falle gjennom. Det er både faglig og menneskelig belegg for å si at de bærende elementer av det vår målgruppe trenger mest av alt er preget av tilstrekkelig tid. Tid til å bli trygg nok, bygge en god nok og tillitsfull nok relasjon for å få til endringer i sine liv. Det tar tid.



Ingen skal oppleve seksuelle overgrep
Likevel skjer det. Derfor er vi her.
Sammen finner vi veien videre.



Regnskapsoppgjør for driftsåret 2023

RESULTATREGNSKAP			
NOK. ELVERUM. RESSURSSENTER MOT SEKSUELLE OVERGREP			
DRIFTSINNEKTER OG DRIFTSKOSTNADER	Note	2023	
Salgsinntekt		3 980 500	
Annen driftsinntekt		65 900	
Sum driftsinntekter	1	4 046 400	3 902 012
Lønnskostnad	2	3 090 927	2 961 239
Annen driftskostnad	2	955 758	937 125
Sum driftskostnader		4 046 685	3 898 364
Driftsresultat		-285	3 648
FINANSINNEKTER OG FINANSKOSTNADER			
Annen renteinntekt		669	40
Annen finansinntekt		2 172	1 865
Annen rentekostnad		111	295
Annen finanskostnad		353	183
Resultat av finansposter		2 377	1 427
Resultat		2 092	5 075
Årsresultat	3	2 092	5 075
OVERFØRINGER			
Avsatt for tilbakebetaling Bufdir		1 673	4 060
Avsatt til annen egenkapital		419	1 015
Sum overføringer		2 092	5 075

BankID Signing
Jan Bjerkun
2024-01-23

Buypass Signing
Ola Leland
2024-01-23

BankID Signing
Unni Hågensen
2024-01-23

BankID Signing
Heidi Dalby Moe
2024-01-23

BankID Signing
Tove Jansrud
2024-01-24

BankID Signing
Erik Larsen
2024-01-28

BALANSE			
NOK. ELVERUM. RESSURSSENTER MOT SEKSUELLE OVERGREP			
EIENDELER	Note	2023	
ANLEGGSMIDLER			
IMMATERIELLE EIENDELER			
VARIGE DRIFTSMIDLER			
Driftsløsøre, inventar o.a. utstyr		15 382	0
Sum varige driftsmidler		15 382	0
FINANSIELLE ANLEGGSMIDLER			
Sum anleggsmidler		15 382	0
OMLØPSMIDLER			
FORDRINGER			
Andre kortsiktige fordringer	4	243 503	58 901
Sum fordringer		243 503	58 901
INVESTERINGER			
Bankinnskudd, kontanter o.l.	5	467 229	675 938
Sum omløpsmidler		710 732	734 839
Sum eiendeler		726 114	734 839

BankID Signing
Jan Bjerktun
2024-01-23

BankID Signing
Ola Løland
2024-01-23

BankID Signing
Unni Hågensen
2024-01-23

BankID Signing
Heidi Dalby Moe
2024-01-23

BankID Signing
Tove Jansrud
2024-01-24

BankID Signing
Erik Larsen
2024-01-28

BALANSE			
NOK. ELVERUM. RESSURSSENTER MOT SEKSUELLE OVERGREP			
EGENKAPITAL OG GJELD	Note	2023	
EGENKAPITAL			
INNSKUTT EGENKAPITAL			
OPPTJENT EGENKAPITAL			
Annen egenkapital		159 067	158 648
Sum opptjent egenkapital		159 067	158 648
Sum egenkapital	3	159 067	158 648
GJELD			
AVSETNING FOR FORPLIKTELSER			
ANNEN LANGSIKTIG GJELD			
KORTSIKTIG GJELD			
Leverandørgjeld		37 851	44 251
Skyldig offentlige avgifter		165 675	169 312
Annen kortsiktig gjeld		363 521	362 628
Sum kortsiktig gjeld		567 047	576 191
Sum gjeld		567 047	576 191
Sum egenkapital og gjeld		726 114	734 839

Elverum, 23.01.2024
Styret i Nok. Elverum. Ressurssenter Mot Seksuelle Overgrep

John Erik Larsen styreleder	Unni Hågensen nestleder	Tove Jansrud styremedlem
Ola Løland styremedlem	Jan Bjerktun styremedlem	Heidi Dalby Moe daglig leder

NOK. ELVERUM. RESSURSSENTER MOT SEKSUELLE OVERGREP
SIDE 4

BankID Signing
Jan Bjerktun
2024-01-23

Buypass Signing
Ola Løland
2024-01-23

BankID Signing
Unni Hågensen
2024-01-23

BankID Signing
Heidi Dalby Moe
2024-01-23

BankID Signing
Tove Jansrud
2024-01-24

BankID Signing
Erik Larsen
2024-01-28

Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og NRS 8 - God regnskapskikk fo



NOTE 1 - INNTEKTER

	2023	2022
Kommunale tilskudd	541 100	577 950
Fylkeskommunen	80 000	70 000
Helse Sør-Øst	175 000	120 000
Statstilskudd	3 184 400	3 074 452
Sum tilskudd	3 980 500	3 842 402
Gaver	31 000	33 898
Egenprodusert inntekt	34 900	25 712
Total inntekt	4 046 400	3 902 012

NOTE 2- LØNNSKOSTNADER

LØNNSKOSTNADER

	2023	2022
Lønninger	2 410 893	2 313 576
Arbeidsgiveravgift	401 607	356 967
Andre ytelser	278 427	290 696
Sum	3 090 927	2 961 239

Selskapet har i 2023 sysselsatt 5 årsverk.

PENSJONSFORPLIKTELSER

Selskapet er pliktig til å ha tjenstepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenstepensjon. Selskapets pensjonsordninger tilfredsstiller kravene i denne lov.


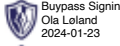

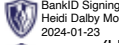


YTELSER TIL LEDENDE PERSONER

	Daglig leder	Styret
Lønn	775 664	21 000
Annen godtgjørelse	1 284	
Sum	776 948	21 000

REVISOR

Kostnadsført revisjonshonorar for 2023 utgjør kr 21 875 inkl. mva.

NOTE 3- EGENKAPITAL

	Annen egenkapital	
Pr. 31.12.2022	158 648	
Årets resultat	419	
Pr 31.12.2023	159 067	   

NOTE 4 - ANDRE FORDRINGER

	2023	2022
Ikke utbetalt refusjon fra NAV	201 806	8 000
Forskuddsbetalt forsikring	675	0
Andre forskuddsbetalte kostnader	41 022	50 901
Sum tilskudd	243 503	58 901

NOTE 5- BANKINNSKUDD

Innestående midler på skattetrekkskonto (bundne midler) er på kr. 94 894.

Styrets økonomiske årsberetning



Ingen skal bli utsatt for
seksuelle overgrep



STYRETS ØKONOMISKE ÅRSBERETNING FOR NOK. ELVERUM -RESSURSSENTER MOT SEKSUELLE OVERGREP FOR DRIFTSÅRET 2023 –

Virksomhetens art og hvor den drives

Nok. Elverum Ressurssenter har som mål å tilby hjelp til selvhjelp for personer av alle kjønn over 16 år som har opplevd seksuelle overgrep og pårørende. Senteret er et hjelpetilbud uten krav om henvisning- med spisskompetanse på traumatisk stress og konsekvenser etter seksuelle overgrep. Målsettingen er å gi veiledning og støtte, tilpasset den enkelte brukers behov og øke kapasitet til å håndtere egne reaksjoner og livssituasjon. Senteret er tuftet på empowerment, traumeforståelse og en hjelp-til-selvhjelps - ideologi. De arbeider ellers etter helhetlige og anerkjente kropporienterte metoder. Senteret jobber noe forebyggende og er en viktig fagressurs for bidragskommunenes ansatte i saker om seksuelle overgrep. De kan gi informasjon til skoler, barnehager, organisasjoner og øvrig hjelpeapparat som etterspør. Senteret arrangerer jevnlig kurs og seminarer om overgrepstematikk. Senteret er lokalisert sentralt i Elverum kommune og er medlem av Nok. Norge, kompetanseklyngen HelseINN og Nasjonalforeningen for Folkehelsen.

Fortsatt drift

Forutsetningene for fortsatt drift er til stede og årsregnskapet er satt opp under denne forutsetningen. Videre drift er avhengig av kommunenes og fylkeskommunens driftstilskudd som igjen utløser det statlige driftstilskuddet. Senterets totale budsjett bør være minimum og helst av større omfang enn tidligere for å kunne drive senteret forsvarlig i forhold til mål, kvalitet og formål. Etterspørselen etter senterets tjenester er stadig økende. I dette driftsåret, som i fjor, ser vi også en økning i både antall brukere, samtaler og henvendelser.

Årsregnskapet

Årsregnskapet viser et positivt årsresultat på kr 2092.
Årsregnskapet gir et rettsviseende bilde av senterets inntjening, likviditet og finansielle stilling.

Arbeidsmiljø og sykefravær

Ansatte ved senteret har ikke vært utsatt for ulykker eller skader i forbindelse med utførelse av arbeidet. Senteret har fortsatt med sitt søkelys på psykososialt arbeidsmiljø. De har mottatt ekstern veiledning fra FALCK HMS som forebyggende tiltak. Samlet legemeldt sykefravær hos ansatte har vært lavt, med unntak av en ansatt som har vært langtidssykemeldt med årsak i egen helsesituasjon.

Likestilling

Senteret har i løpet av 2023 hatt 5 kvinner ansatt. Senterets styre har bestått av 2 kvinner og 3 menn. Senteret har en policy om ikke å diskriminere kjønn og ansatte oppfordres til å skaffe seg kunnskap omkring dette. Det er etter hvert blitt et større mangfold av identitet og kjønnskategorier som hører inn under gruppen av dem som bryter med normer for kjønn og identitet. Dette må vi alle kunne mer om, slik at alle kjønn kan føle seg inkludert.

www.nokelverum.no

post@nokelverum.no – Storgata 10 2408 Elverum - tlf 97 15 98 10 - org nr: 976611683

Ytre miljø

Senterets drift kan ikke sies å være sårbar for eller bidrar til forurensing av det ytre miljø.

Andre forhold

Styret er ikke kjent med noen forhold av viktighet som har betydning for stilling og resultat som ikke fremgår av regnskap og balanse med tilhørende noter. Senteret er lett tilgjengelig for brukere med funksjonsnedsettelse, alle kjønn, psykisk utviklingshemmede og brukere med annen etnisk bakgrunn enn norsk.

Vertskommunen

Vertskommunen har gjort det kjent for senteret at vertskommunen kan bistå senteret i krevende og vanskelige saker og har også utvist dette i konkret handling. Det er utviklet og nedfelt kvalitetssikrede prosedyrer for samarbeidet og partene har jevnlig samarbeidsmøter.

Elverum, den 23.01.2024

John Erik Larsen
Styreleder

Unni Hågensen
Vertskommunerepresentant og nestleder

Tove Jansrud
Styremedlem/ansattrepr.

Ola Løland
Styremedlem

Jan Bjerktun
Styremedlem

Rapport fra ekstern revisor



Til årsmøtet i Nok. Elverum. Ressurscenter Mot Seksuelle Overgrep

UAVHENGIG REVISORS BERETNING

Konklusjon

Vi har revidert årsregnskapet for Nok. Elverum. Ressurscenter Mot Seksuelle Overgrep som viser et overskudd på kr 2 092. Årsregnskapet består av balanse per 31. desember 2023, resultatregnskap for regnskapsåret avsluttet per denne datoen og noter til årsregnskapet, herunder et sammendrag av viktige regnskapsprinsipper.

Etter vår mening

- oppfyller årsregnskapet gjeldende lovkrav, og
- gir årsregnskapet et rettviseende bilde av organisasjonens finansielle stilling per 31. desember 2023 og av dens resultater for regnskapsåret avsluttet per denne datoen i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge.

Grunnlag for konklusjonen

Vi har gjennomført revisjonen i samsvar med International Standards on Auditing (ISA-ene). Våre oppgaver og plikter i henhold til disse standardene er beskrevet nedenfor under Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet. Vi er uavhengige av organisasjonen slik det kreves i lov, forskrift og International Code of Ethics for Professional Accountants (inkludert internasjonale uavhengighetsstandarder) utstedt av International Ethics Standards Board for Accountants (IESBA-reglene), og vi har overholdt våre øvrige etiske forpliktelser i samsvar med disse kravene. Innhentet revisjonsbevis er etter vår vurdering tilstrekkelig og hensiktsmessig som grunnlag for vår konklusjon.

Øvrig informasjon

Styret og daglig leder (ledelsen) er ansvarlige for informasjonen i årsberetningen. Vår konklusjon om årsregnskapet ovenfor dekker ikke informasjonen i årsberetningen.

I forbindelse med revisjonen av årsregnskapet er det vår oppgave å lese årsberetningen. Formålet er å vurdere hvorvidt det foreligger vesentlig inkonsistens mellom årsberetningen og årsregnskapet og den kunnskap vi har opparbeidet oss under revisjonen av årsregnskapet, eller hvorvidt informasjon i årsberetningen ellers fremstår som vesentlig feil. Vi har plikt til å rapportere dersom årsberetningen fremstår som vesentlig feil. Vi har ingenting å rapportere i så henseende.

Basert på kunnskapen vi har opparbeidet oss i revisjonen, mener vi at årsberetningen

- er konsistent med årsregnskapet og
- inneholder de opplysninger som skal gis i henhold til gjeldende lovkrav.

FLYT Revisjon AS | Adresse: Vangsvegen 73, Pb 4173, 2307 Hamar | Tlf: 62 55 52 00

Bank: 1800.05.14914 | Foretaksnr.: NO 951 697 826 MVA | Medlem av DnR | www.flyt-revisjon.no

Penneo Dokumentnøkkel: KZ0Y6-MM101D-EUD8L-Y6C1M-0V0T7-5E1N8

**Uavhengig revisors beretning 2023**

Nok. Elverum. Ressurscenter Mot Seksuelle Overgrep

Ledelsens ansvar for årsregnskapet

Styret og daglig leder (ledelsen) er ansvarlig for å utarbeide årsregnskapet og for at det gir et rettviseende bilde i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge. Ledelsen er også ansvarlig for slik intern kontroll som den finner nødvendig for å kunne utarbeide et årsregnskap som ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil.

Ved utarbeidelsen av årsregnskapet må ledelsen ta standpunkt til foreningens evne til fortsatt drift og opplyse om forhold av betydning for fortsatt drift. Forutsetningen om fortsatt drift skal legges til grunn for årsregnskapet så lenge det ikke er sannsynlig at virksomheten vil bli avvirket.

Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet

Vårt mål er å oppnå betryggende sikkerhet for at årsregnskapet som helhet ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil, og å avgi en revisjonsberetning som inneholder vår konklusjon. Betryggende sikkerhet er en høy grad av sikkerhet, men ingen garanti for at en revisjon utført i samsvar med ISA-ene, alltid vil avdekke vesentlig feilinformasjon. Feilinformasjon kan oppstå som følge av misligheter eller utilsiktede feil. Feilinformasjon er å anse som vesentlig dersom den enkeltvis eller samlet med rimelighet kan forventes å påvirke de økonomiske beslutningene som brukerne foretar på grunnlag av årsregnskapet.

For videre beskrivelse av revisors oppgaver og plikter vises det til:

<https://revisorforeningen.no/revisjonsberetninger>.

Flyt Revisjon AS

Arild Wangen
statsautorisert revisor
(elektronisk signert)

PENNEO

Signaturene i dette dokumentet er juridisk bindende. Dokument signert med "Penneo™ - sikker digital signatur". De signerende parter sin identitet er registrert, og er listet nedenfor.

"Med min signatur bekrefter jeg alle datoer og innholdet i dette dokument."

Arild Wangen

Statsautorisert revisor

Serienummer: UN:NO-9578-5993-4-531759

IP: 87.248.xxx.xxx

2024-02-01 14:38:50 UTC



Penneo Dokumentmøkkel: KZ0Y6-MM0TD-EUD8L-Y6C1M-0V0T7-5JN8

Dokumentet er signert digitalt, med **Penneo.com**. Alle digitale signatur-data i dokumentet er sikret og validert av den datamaskin-utregnede hash-verdien av det opprinnelige dokument. Dokumentet er låst og tids-stemplet med et sertifikat fra en betrodd tredjepart. All kryptografisk bevis er integrert i denne PDF, for fremtidig validering (hvis nødvendig).

Hvordan bekrefter at dette dokumentet er originalen?

Dokumentet er beskyttet av ett Adobe CDS sertifikat. Når du åpner dokumentet i

Adobe Reader, skal du kunne se at dokumentet er sertifisert av **Penneo e-signature service <penneo@penneo.com>**. Dette garanterer at innholdet i dokumentet ikke har blitt endret.

Det er lett å kontrollere de kryptografiske beviser som er lokalisert inne i dokumentet, med Penneo validator - <https://penneo.com/validator>

Nok er
Nok.



Serviceerklæring



Ingen skal bli utsatt for seksuelle overgrep

SERVICE ERKLÆRING - Nok. Elverum 2023

Nok. Elverum er et ressurscenter mot seksuelle overgrep. Vi er et hjelpetilbud uten krav om henvisning og innehar spisskompetanse innen fagområdet seksuelle overgrep, incest, seksuelle krenkelser og traumereaksjoner. Vi utreder og behandler ikke, men kartlegger i noe grad og utgjør slik et viktig supplement til øvrig hjelpeapparat og vi samarbeider tett med disse. Vi bidrar til at utsatte og pårørende bygger egen KAPASITET og selvforståelse for å bedre kunne tåle, forstå og regulere egne følelser og reaksjoner. Vi istandsetter brukere for videre behandling i spesialisthelsetjenesten, der hvor det er aktuelt.

TILBUD OG MÅLGRUPPE:

Senteret gir et direkte tilbud til personer av alle kjønn over 16 år som er eller har vært utsatt for seksuelle overgrep, herunder også voldtekt og/eller incest og andre seksuelle krenkelser, enten fysisk eller digitalt. Vi har et eget tilbud til de som står nær en overgrepsofsatt og er pårørende/nærstående. Den utsatte trenger ikke å benytte senteret for å utløse pårørendetilbudet. Alle brukertilbud er gratis, og det trengs ingen henvisning, det vil si at man kan ta direkte kontakt selv. Vi tilbyr en faseorientert tilnærming med kartleggende samtaler med fokus på å forstå seg selv og sine reaksjoner. Vi arbeider ut ifra en kroppsorientert tilnærming, siden kroppen er «åstedet». Sentralt i arbeidet står derfor å gjenoppta en trygg kontakt med kroppen via psykoedukasjon om sansesystemet og dertil hørende grunnøvelser. Vi jobber videre med stabilisering, støtte og forståelse, veiledning og psykoedukasjon rundt traumatisk stress. Videre vil samtalen kunne få et mer endringsorientert preg, med et mål om å bedre den enkeltes livskvalitet og mobilisere egne ressurser. Traumatisk stress setter seg i kroppen, vår erfaring er at man må ta i bruk mer enn samtaler om man jobber med overgrepserfaringer og forhøyet stressnivå over tid. Alle brukere vil bli tilbudt psykoedukasjon- grupper og individuell veiledning rundt verktøy for å hjelpe seg selv ved å regulere og balansere sanser og nervesystem. Tilbudet går under navnet traumesensitiv sansemodulasjon (TSM) og du kan lese mer om dette på våre hjemmesider.

Nok. Elverum tilbyr grupper som tilhører et standard forløp. Det er sansegruppen «*fra sans til samling*» og *traumebevisst yogagruppe*. Yogatilbudet er et samarbeid med Modaka Yogasenter som har instruktører med sertifisering i traumesensitiv yoga. Her kan man enten delta fysisk eller online.

Dersom det i forløpet kartlegges behov for videre utredning og behandling hjelper vi til med det og er brobyggere inn til andre tjenester. Likeså gjelder dette i kontakt med ulike samarbeidende instanser, for eksempel fastlege, psykisk helsetjeneste, DPS, NAV, Politi, rettsvesen og tannhelsetjeneste. Vi kan delta i ansvarsgrupper ved behov, og vi gir også mulighet for par- og familiesamtaler.

Senteret er LHBTQ-vennlig og tilgjengelig for psykisk utviklingshemmede og brukere med nedsatt fysisk funksjonsevne. Vi bestiller tolk ved behov der brukeren ikke behersker norsk, engelsk eller bruker tegnspråk. Nok. Elverum tilbyr også forebyggende arbeid med veiledning og kompetanseheving av blant annet personell i psykisk helsetjeneste, skoler / barnehager, PPT og helsesykepleiere m.m. Senteret fungerer som en fagressurs med veiledning og kompetanseheving i ulike helseinstanser og kan ved behov brukes som debriefing- tjeneste

www.nokelverum.no

post@nokelverum.no – Storgata 10 2408 Elverum - tlf 97 15 98 10 - org nr: 976611683

for fagpersoner fra våre bidragskommuner. Vi bidrar med forebyggende undervisning i utdanningsinstitusjoner, og er ofte gjesteforelesere ved ulike studieretninger på Høgskolen Innlandet som skal utdanne personell i tjenester hvor de kan avdekke seksuelle overgrep mot barn og unge. Tilbudet ved senteret formes ut fra brukernes behov og bærer preg av individuell tilpasning og skreddersøm. Vi tror på at brukeren selv innehar de ressursene som trengs for å håndtere sine egne utfordringer og dermed selv er i stand til å definere sine egne behov. Vår jobb er å lete frem og styrke de ressursene som allerede finnes der, hos hver enkelt

FAGLIG FORANKRING OG ORGANISERING:

Nok. Elverum Ressurssenter er en del av kompetansekyngen HelseInn og medlem av Nok. Norge og Nasjonalforeningen. Styret er senterets øverste organ med arbeidsgiveransvar for daglig leder. Virksomheten og senterets tilbud styres av Nok. senterens felles faglige plattform som alle medlemsentre har vedtatt som sitt faglige og etiske styringsverktøy. Les den her: <https://fmso.no/faglig-plattform/>. Vi støtter vår virksomhet på etiske retningslinjer, Nok. Norges faglige plattform, Bufdirs rundskriv, eget verdigrunnlag samt gjeldende lovverk. Andre samarbeidspartnere er Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet, Innlandet Fylkeskommune, Helse Sør- Øst, og RVTS Øst. Vi har taushetsplikt, men er underlagt Barnevernloven § 6-4 som omhandler opplysningsplikt. Vi forholder oss ellers til Helsepersonelloven og Forvaltningsloven. Daglig leder har ansvar for undervisning, fagutvikling samt daglig drift som baserer seg på tilskudd fra 8 bidragskommuner, Fylkeskommune og Helse Sør- Øst. Dette utløser statstilskudd fra Buf.dir. Våre bidragskommuner er Elverum, Våler, Åmot, Engerdal, Trysil, Åsnes, Grue og Nord Odal.

Nok. Elverum har et formelt samarbeid med voldtektsmottaket i Sykehuset Innlandet om den psykososiale oppfølgingen etter voldtekt. Vi har et dynamisk læringsmiljø og evaluerer vår arbeidspraksis jevnlig og får gruppeveiledning av veileder via Falck BHT og saksveiledning av psykologspesialist. Vi har også tilgang til råd og veiledning via vårt samarbeid med RVTS Øst.

De ansatte har minimum treårig relevant høyskole/universitetsutdanning, samt en personlig egnethet som matcher senterets profil og filosofi. Vi er opptatt av tverrfaglighet og de ansatte har høy kompetanse innen sosialt arbeid, vernepleie, kriminologi, pedagogikk og traumerelaterte intervensjoner og forståelsesrammer. Foruten ulike videreutdanninger innen traumeforståelse har senterets ansatte også videreutdanninger og kursing innen psykisk helsearbeid, motiverende intervju, spesialpedagogikk, sexologi, traumerelatert dissosiasjon, sanseprosesseringsvansker, sensorimotorisk psykoterapi. Alle ansatte er sertifisert til å ta sanseprofilering av ungdom og voksne. Ansatte kurses jevnlig i traumeforståelse og traumereaksjoner, SSA (seksuell skadelig atferd), og oppdaterte intervensjoner som anbefales i traumefeltet. KOR/FIT brukes som tilbakemeldingsverktøy i samtaler. De ansatte har alle VIVAT kurs i selvmordsforebyggende arbeid.

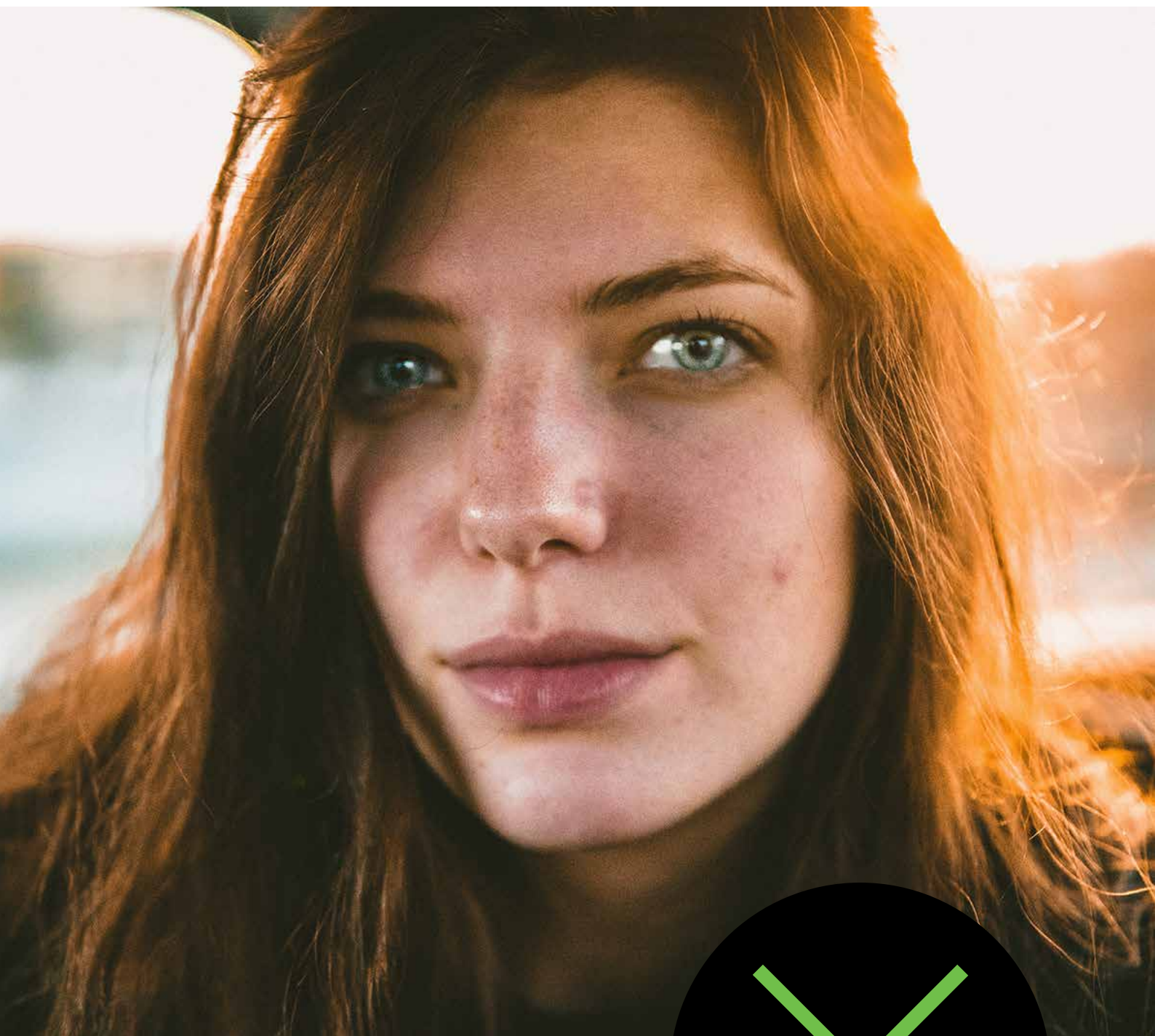
"Ingen skal oppleve seksuelle overgrep»

Likevel skjer det. Derfor er vi her.

Sammen finner vi veien videre."

www.nokelverum.no

post@nokelverum.no – Storgata 10 2408 Elverum - tlf 97 15 98 10 - org nr: 976611683



Informasjon kontaktpersoner:



Heidi Dalby Moe
Daglig leder
Tlf. 41269036
heidi@nokelverum.no



Erik Larsen
Styreleder i Nok. Elverum
Tlf. 99539111
johne-la@online.com

Kontaktinformasjon:

Nok. Elverum - Ressurscenter mot seksuelle overgrep
Storgata 10. 2408 Elverum
Tlf. 97159810
E-post: post@nokelverum.no
VIPPS nummer: 503968
Organisasjonsnummer: 976611683



@nokelverum.no



nokelverum

**N
Ok.**

Elverum